

NOVEMBER 2025

DRUŠTVO SVIT KOPER

www.svit-kp.org

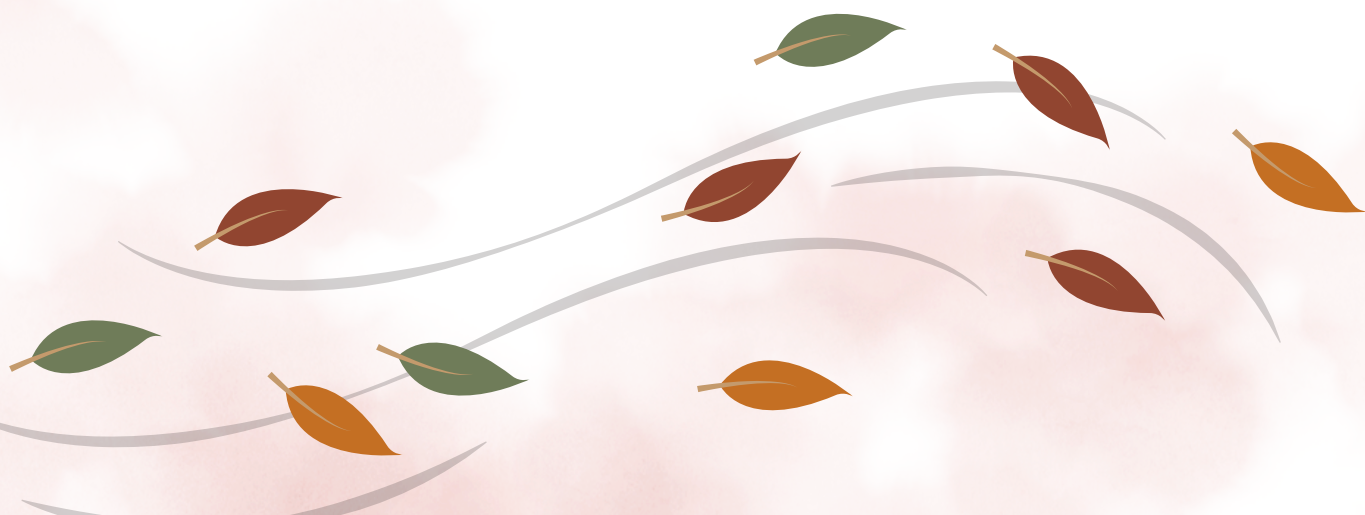


DRUŠTVO
SVIT
KOPER
Družimo se pomoč odvisnikom
in njihovim družinam SVIT KOPER

ČASOPIS DRUŠTVA ZA POMOČ
ODVISNIKOM IN NJIHOVIM DRUŽINAM
SVIT KOPER

VSEBINA ČASOPISA:

-  DRAGI BRALCI
-  DUŠEVNO ZDRAVJE
-  DRUŠTVO SVIT KOPER
-  OZAVEŠČANJE O RAVNANJU Z NEVARNIMI ODPADKI
-  IZHOD TEEN CHALLENGE SLOVENIJA IN CELOSTNA POT IZ ZASVOJENOSTI
-  **PROJEKT ČLOVEK : PROSTOVOLJSTVO JE VREDNOTA**
-  PROSTOVOLJSTVO V DRUŠTVU SVIT KOPER
-  SRČNA VEZ MED TEORIJO IN PRAKSO:
DRUŠTVO SVIT KOPER- FSD LJUBLJANA
-  EKIPA DRUŠTVA SVIT KOPER:
SKUPAJ ZA BOLJŠI DANES
-  JAVNI ZAVODA SOCIO CELJE: TERENSKO DELO
-  **INTERVJU S PSIHOLOGOM IZTOKOM SPETIČEM:
GRAM SRCA**
-  ZAHVALA
-  DONACIJA



Dragi bralci...

Pred vami je nova številka letnega časopisa Društva za pomoč odvisnikom in njihovim družinam SVIT Koper.

Kot nevladna organizacija, ki od leta 1992 deluje na področju problematike drog, si neprekinjeno prizadevamo pomagati posameznikom in družinam, ki se soočajo z zasvojenostjo in njenimi posledicami. Naš program »Delo z uporabniki prepovedanih drog in njihovimi svojci« temelji na dolgoletnih izkušnjah, strokovnosti ter predvsem na sočutju in razumevanju.

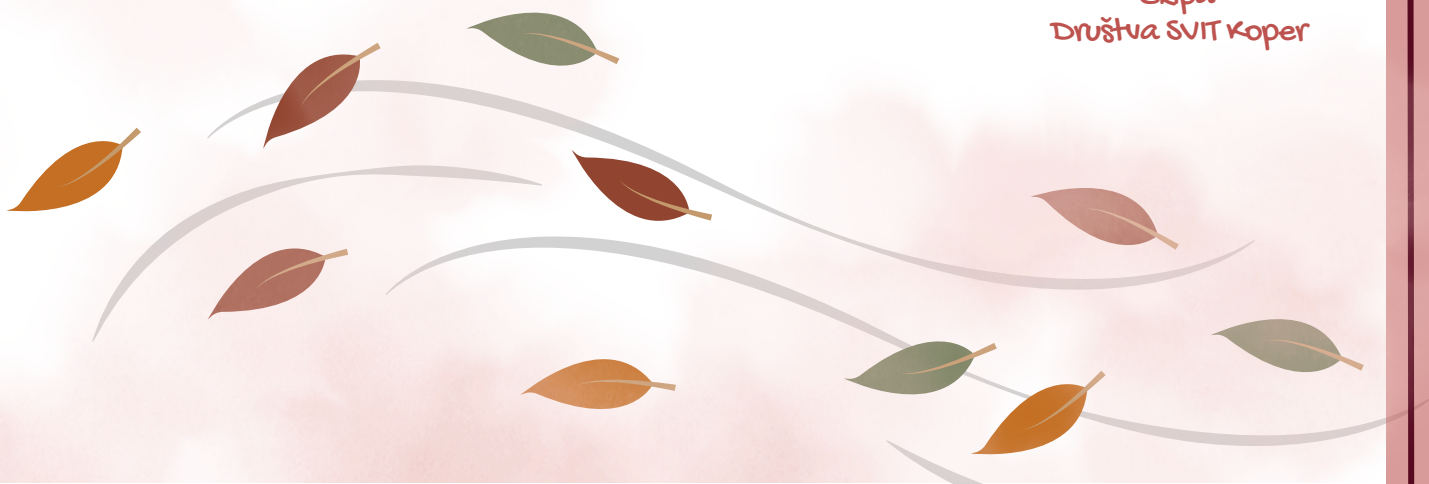
Glavni cilji društva so povečanje socialne vključenosti uporabnikov drog, zmanjšanje zdravstvenih in socialnih posledic, ki so neposredno ali posredno povezane z uživanjem drog, ter podpora tistim, ki želijo prekiniti odvisnost in se vključiti v programe zdravljenja – bodisi v terapevtske skupnosti, komune ali detoksikacijo.

Poleg neposredne pomoči spodbujamo tudi večjo aktivnost uporabnikov pri samopomoči, izražanju lastnih stališč in potreb ter medsebojnem povezovanju. Velik poudarek namenjamo tudi ozaveščanju in informiranju tako laične kot strokovne javnosti, saj verjamemo, da je razumevanje temelj vključujoče družbe.

Ob tej priložnosti se iskreno zahvaljujemo vsem, ki na kakršen koli način prispevajo k delovanju našega društva – zaposlenim, prostovoljcem, sodelavcem, uporabnikom, svojcem, strokovnjakom in vsem posameznikom, ki z odprtostjo in predanostjo soustvarjajo naš skupni prostor podpore, varnosti in možnosti za spremembo.

V tej številki boste lahko prebrali o naših dejavnostih, delu sorodnih društev, aktualnih izzivih na področju drog ter o različnih oblikah pomoči v obalno-kraški regiji. Hvala, ker nas spremljate in podpirate.

Ekipa
Društva SVIT Koper



DUŠEVNO ZDRAVJE

- TEMELJ NAŠE DOBROBITI

Ko govorimo o zdravju, večina ljudi najprej pomisli na telesno kondicijo, zdravo prehrano in odsotnost bolezni.

A zdravje je mnogo širši pojem. Svetovna zdravstvena organizacija že dolgo poudarja, da brez dobrega duševnega zdravja ni celostnega zdravja.

Duševno zdravje je mnogo več kot zgolj odsotnost duševnih bolezni in motenj. Duševno zdravje omogoča ljudem, da doživljajo življenje kot smiselno, da so ustvarjalni in aktivni, da sprejemajo samega sebe in svoja čustva, da čutijo pripadnost družbi, v kateri živijo, in prispevajo k njenemu razvoju in napredku.



KAJ PRAVZAPRAV POMENI BITI DUŠEVNO ZDRAV?

Duševno zdravje pomeni, da smo sposobni obvladovati vsakodnevne izzive, vzdrževati dobre odnose, čutiti zadovoljstvo in upanje ter poiskati pomoč, ko jo potrebujemo. Je ravnovesje med našimi mislimi, čustvi in vedenjem.

ZAKAJ JE DANES TO ŠE POSEBEJ POMEMBNO?

Sodobni življenjski slog nas pogosto postavlja pod pritisk. Hitri tempo, pričakovanja okolice, negotovost v družbi in na delovnem mestu ter neprestana izpostavljenost informacijam lahko vodijo v stres, anksioznost in izgorelost. Če se na te signale ne odzovemo pravočasno, lahko trpijo naše zdravje, odnosi in kakovost življenja.

PREPROSTI KORAKI ZA KREPITEV DUŠEVNEGA ZDRAVJA

>>> Pogovor:

že iskren pogovor z bližnjim lahko olajša breme.



>>> Gibanje:

telesna aktivnost dokazano zmanjšuje stres in izboljšuje razpoloženje



>>> Kreativnost:

branje, pisanje, glasba, risanje – vse to zdravi dušo.



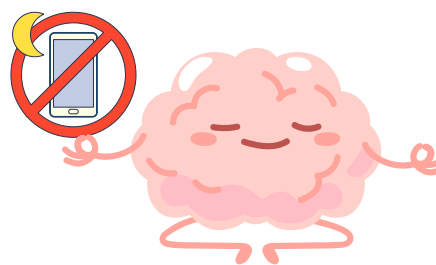
>>> Poiskati pomoč:

pogumno je, če se ob težavah obrnemo na strokovnjaka.



>>> Odmik od ekranov:

privoščimo si čas brez elektronskih naprav, da umirimo misli



SKUPAJ ZA BOLJŠO PRIHODNOST

Duševno zdravje ni samo osebna odgovornost, temveč tudi naloga skupnosti. Pomembno je, da si v društvih, delovnih kolektivih in družinah prizadevamo za podporno okolje, kjer se vsakdo počuti slišane in sprejete.

DRUŠTVO SVIT KOPER

Program »Delo z uporabniki prepovedanih drog in njihovimi svojci« poteka tako v dnevnem centru kot na terenu. Kot strokovna delavka v dnevnem centru si prizadevam, da se vsak uporabnik pri nas počuti sprejetega, varnega in domače.

Naša vrata so vedno odprta – ne le v dobesednem, ampak tudi v človeškem smislu.

V sklopu programa redno organiziramo različne delavnice in aktivnosti, ki uporabnikom nudijo podporno okolje in obenem priložnost, da vsaj za nekaj časa preusmerijo misli stran od prepovedanih drog.



Ustvarjalne delavnice so še posebej priljubljene – od slikanja na platno do izdelovanja voščilnic in drugih unikatnih izdelkov. Na voljo je tudi računalniška oprema, ki jo lahko uporabniki prosto uporabljajo.

Vsako jutro uporabnike pričaka sveže kuhana kava in sok, na mizi pa donirani pekovski izdelki. Poskrbimo tudi za osnovne življenjske potrebe: omogočamo osebno higieno – v prostorih društva se lahko stuširajo, brezdomni uporabniki pa lahko varno shranijo oblačila in osebne stvari, ki bi bile sicer na ulici ogrožene.

Vsak torek in sredo organiziramo po tri termine za pranje perila, ki jih uporabniki lahko vnaprej rezervirajo. Naši terenski delavci jih nato zapeljejo do Zavetišča za brezdomce v Kopru, kjer opravijo pranje, in jih nato tudi pridejo iskat.

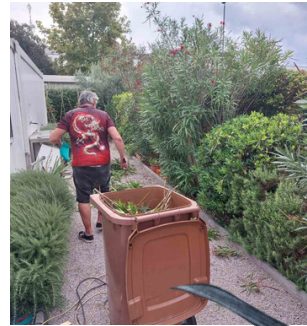
Ob četrtdkih se zberemo na kuharski delavnici, kjer skupaj skuhamo kosilo po njihovem okusu. Dan pa nam polepša slaščičarna Klasika, ki nas razvaja s svojimi slastnimi sladkimi donacijami.

V dnevnem centru izvajamo informiranje, svetovanje ter ozaveščanje, poleg tega pa nudimo tudi možnost stacionarne zamenjave sterilnega materiala za varnejše injiciranje – v skladu z načeli zmanjševanja škode.

Pomemben del programa je tudi mesečno srečanje z uporabniki, ki poteka vsak prvi ponedeljek v mesecu. Na sestanku skupaj pregledamo načrte za prihajajoči mesec, delimo novosti ter predvsem prisluhnemo uporabnikom – njihovim idejam, potrebam in predlogom.

V našem društvu skozi vse leto izvajamo pestro paleto aktivnosti – od izobraževanj, urejanja dvorišča in pridelovanja vrta, do kuharskih delavnic, ročnih spretnosti, sajenja rož ter različnih ustvarjalnih projektov, ki povezujejo in bogatijo našo skupnost.











Ustvarili smo zid spomina, s katerim ohranjamo spomin na vse tiste, ki jih ni več med nami.



Vsak od njih je bil dragoceno življenje, polno upanja, sanj in bojev.

Naj bodo zdaj kot ANGELČKI obdani z mirom, ki so ga iskali.



OZAVEŠČANJE O RAVNANJU Z NEVARNIMI ODPADKI

V našem društvu verjamemo, da je izobraževanje o okolju in pravilnem ravnanju z odpadki ključno za oblikovanje odgovornega in trajnostnega načina življenja. S tem namenom smo se lotili pomembne naloge: izvedbe izobraževalnih delavnic za otroke in mladostnike v različnih šolah in vrtcih na Obali. Osredotočili smo se na občutljivo, a izjemno pomembno temo: ravnanje z nevarnimi odpadki, posebej s predmeti, kot so odvržene igle.

Naše potovanje se je začelo s povabilom Osnovne šole Livade v Izoli, kjer so nas prosili za pomoč pri ozaveščanju otrok o nevarnostih in pravilnem ravnanju z odvrženimi iglami, saj so tudi sami imeli primer, ko je učenec našel uporabljeno iglo. S sodelavko Gordano, sva pripravili 15-minutno, a vsebinsko bogato in interaktivno predstavitev, ki je bila prilagojena starosti otrok, od najmlajših v vrtcih do starejših učencev v osnovnih šolah. Obiskali smo OŠ Marezige, OŠ Lucija, OŠ Koper, OŠ Dekani in OŠ Izola Livade ter večino vrtcev v Kopru.

Otroci so nas povsod sprejeli z izjemnim zanimanjem in navdušenjem. S predstavitvijo smo ustvarili varno okolje, v katerem so lahko sproščeno izražali svoja vprašanja in pomisleke. Medtem ko sva predstavili osnovna pravila, kot je "Ne dotikaj se, ne premikaj in takoj obvesti odraslo osebo!", so otroci delili svoje izkušnje in nam celo povedali, kje so že naleteli na sumljive predmete. To je bilo izjemno koristno, saj smo na podlagi njihovih informacij lahko izvedli tudi terensko delo in poskrbeli, da so bila ta območja pregledana.

Glavni cilj naših delavnic je bil naučiti otroke, da prepoznajo potencialno nevarne predmete in se odzovejo na ustrezen način. Že z nekaj osnovnimi napotki lahko preprečimo nesreče in zaščitimo tako njihovo zdravje kot zdravje drugih. To je korak k dolgoročni spremembi, saj otroke že v zgodnjem obdobju učimo odgovornosti do okolja in sebe.



ZAKAJ JE TAKŠNO INFORMIRANJE IN OZAVEŠČANJE POMEMBNO?

Izobraževanje rešuje življenja in preprečuje poškodbe. Otroci, ki so seznanjeni z nevarnostmi, ne bodo iz radovednosti posegali po nevarnih predmetih.

Ko otroke naučimo pravilnega ravnanja, to postane del njihovega vsakdana. Ko odrastejo, bodo ta znanja prenašali naprej in s tem prispevali k boljši družbi.

S tem, ko so otroci delili lokacije, kjer so našli nevarne predmete, so postali aktivni sodelavci pri reševanju problema. Učimo jih, da lahko s svojim znanjem in opazovanjem pomembno prispevajo k varnosti celotne skupnosti.

Delavnice niso osredotočene le na neposredne nevarnosti, ampak tudi na širšo sliko ravnanja z vsemi vrstami odpadkov. S tem spodbujamo razmišljanje o tem, kako naše vsakodnevne navade vplivajo na okolje.

Naš obisk v šolah in vrtcih je bil izjemno uspešen in koristen za vse vpletene. Otroci so pokazali neverjetno zrelost in željo po učenju.

Veseli smo, da smo lahko prispevali k njihovi varnosti in da smo na ta način začeli graditi temelje za boljši in čistejši jutri. Verjamemo, da je vsak majhen korak, ki ga naredimo danes, velik korak za prihodnost naše družbe.



SKUPAJ DO SVOBODE:

IZHOD TEEN CHALLENGE SLOVENIJA IN CELOSTNA POT IZ ZASVOJENOSTI

REDSTAVITEV DELA, PROGRAMOV IN PARTNERSTEV DRUŠTVA IZHOD TEEN CHALLENGE SLOVENIJA

Društvo za svetovanje in pomoč odvisnikom v rehabilitaciji IZHOD Teen Challenge Slovenija že dve desetletji uresničuje poslanstvo pomoči ljudem pri izhodu iz začaranega kroga zasvojenosti v smeri nove svobodnejše prihodnosti.



DRUŠTVO IZHOD TEAM

Delovanje poteka v partnerstvu in pod okriljem svetovne organizacije Teen Challenge, ki nudi podporo osebam z različnimi oblikami zasvojenosti po vsem svetu. Rehabilitacijski center »Hiša upanja« se nahaja v Novi vasi nad Dragonjo in zagotavlja oskrbo uporabnikom iz vse Slovenije ter tujine. Pristop temelji na celostni obravnavi človeka – od terapevtskega dela in vsakodnevnih navad do vključevanja v delo, skupnost in odnose.

KDO SMO IN KAKO DELUJEMO

Društvo IZHOD Teen Challenge Slovenija (v nadaljevanju: Društvo IZHOD TC) je nevladna, neprofitna organizacija, ki od leta 2005 deluje na območju Obale in širše kot ena vodilnih ustanov na področju rehabilitacije oseb z zasvojenostjo. Leta 2013 je bil vzpostavljen visokopražni »Moški dnevno-nočni rehabilitacijski program«, v katerega je bilo sprejetih več sto posameznikov. Tim sestavlja skupina strokovnih delavcev, ki z izkušnjami, predanostjo in jasno strukturo programa uporabnike usmerja k kakovostnemu, odgovornemu in produktivnemu življenju.

Delo se ne odvija zgolj znotraj centra, temveč tudi v sodelovanju z lokalnimi skupnostmi in partnerji, kjer se gradi most med posameznikom v procesu zdravljenja in družbo, v katero se znova vključuje. Ključno izhodišče je prepričanje, da ima vsak človek potencial za učenje novih vzorcev, ponovno vzpostavljanje zdravih odnosov in iskanje smiselne vloge v okolju.

MOŠKI DNEVNO-NOČNI REHABILITACIJSKI PROGRAM (»HIŠA UPANJA«)

Osrednji steber delovanja je 15-mesečni program, razdeljen v šest ključnih faz. Napredovanje uporabnikov temelji na mesečnih ocenah in individualnih razgovorih, pri čemer program spodbuja celostni razvoj osebe – na fizični, čustveni, duševni, duhovni in socialni ravni. Program vključuje individualno in skupinsko svetovanje, strukturirane delavnice, rekreativne dejavnosti in gospodinjne odgovornosti.

Posebno mesto ima razvijanje delovnih navad in veščin z različnimi opravili, kot so urejanje okolice, sečnja drevja in gospodinjna dela. V sodelovanju s partnerskim podjetjem Servus d.o.o. uporabniki pridobivajo delovne izkušnje, razvijajo odgovornost, spoznavajo pomen vztrajnosti in doživljajo občutek lastnega prispevka.

Tak pristop omogoča premagovanje zasvojenosti in hkrati vzpostavlja pogoje za trajno spremembo življenjskega sloga ter večjo zaposljivost po zaključku programa.



DELO POD OKRILIEM PODJETJA SERVUS D.O.O.



BIVŠI UPORABNIKI POMAGAJO PRI DELU V PODJETJU SERVUS D.O.O.



POTEK UČNIH UR V OKVIRU PROGRAMA



INDIVIDUALNO SVETOVANJE

PROGRAM REINTEGRACIJE: VARNO PRISTAJANJE V VSAKDANU

Največji izziv se pogosto pojavi po zaključku rehabilitacije: vrnitev v vsakdanje življenje. Zato Društvo IZHOD TC zagotavlja strukturirano podporo tudi po odhodu iz centra. Bivši uporabniki imajo možnost nadaljevalne vključitve v delo pri podjetju Servus d.o.o., kjer ob mentorski podpori utrjujejo delovne navade in finančno samostojnost. Spodbujajo se prostovoljstvo, ohranjanje terapevtskih stikov in gradnja novih podpornih socialnih mrež.

Reintegracija ne pomeni le preprečevanja ponovitve zasvojenosti, ampak ustvarja prostor za ponovno odkrivanje smisla, prevzemanje odgovornosti za odločitve in vstopanje v zadovoljujoče življenjske vloge – sodelavca, prijatelja, partnerja, starša, soseda.

V tej fazi se nudi pomoč pri iskanju nastanitve, urejanju dokumentacije, nadaljnjem izobraževanju in vključevanju na trg dela. Cilj je jasen: da začasna sprememba postane trajna življenjska pot.



INDIVIDUALNO SVETOVANJE

PREVENTIVNI PROGRAM: INVESTICIJA V PRIHODNOST

Preprečevanje zasvojenosti je enako pomembno kot zdravljenje. Preventivne aktivnosti so namenjene učencem, dijakom, študentom in staršem – na Obali in po vsej Sloveniji. Delavnice in predavanja se prilagajajo starosti in potrebam posameznih skupin, odpirajo teme o tveganih vedenjih (alkohol, tobak, prepovedane droge, igre na srečo, pretirana raba zaslonov), o vplivu življenjskega sloga na zdravje, o odnosih, komunikaciji in sprejemanju odločitev. Poseben poudarek je na zgodnjem prepoznavanju tveganih znakov ter na moči varovalnih dejavnikov, kot so varni odnosi, jasne meje, zdravi vzorniki in aktivno preživljanje prostega časa.

Preventiva predstavlja naložbo v družbo. Vsak preprečen vstop v spiralo zasvojenosti pomeni ohranjen človeški potencial, manj stisk za družine, manj zdravstvenih in socialnih posledic ter vitalnejše skupnosti. Zato se Društvo IZHOD TC povezuje s šolami, svetovalnimi službami, mladinskimi centri in občinami ter soustvarja okolje, v katerem imajo mladi priložnost za varno rast.

SODELOVANJA IN PARTNERSTVA: SKUPNOST, KI ZDRAVI

Model Društva IZHOD TC temelji na sodelovanju. Povezave se vzpostavljajo z vzgojno-izobraževalnimi ustanovami - osnovnimi in srednjimi šolami na Obali ter drugod po Sloveniji - kjer potekajo preventivne dejavnosti in svetovanja. Sodelovanje poteka tudi s programi zmanjševanja škode, zdravstvenimi ustanovami, metadonskimi ambulantami in terenskimi službami, kjer se posameznike informira in motivira za vključitev v zdravljenje. Izkušnje se delijo z institucijami, kot je Prevezgojni dom Radeče, ter s sorodnimi organizacijami v Sloveniji in tujini.

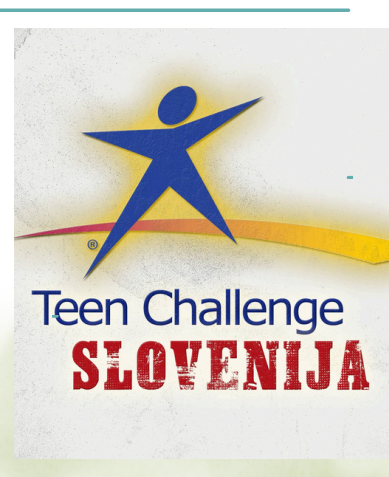
Takšna mreža partnerstev omogoča spremljanje posameznika na vseh ključnih točkah poti: od prvega stika na terenu, preko terapevtskega okolja do ponovne vključitve v skupnost. Okrevanje se razume kot proces, ki ga najlažje in najtrajneje podpira skupnost.

KAJ DRUŠTVO IZHOD TC DELA DRUGAČNEGA

- Celostnost: hkratna obravnava telesa, duševnosti, odnosov, duhovnosti in dela.
- Struktura in jasnost: program s šestimi fazami, rednimi ocenami in jasnimi odgovornostmi.
- Praktična usposobljenost: vključitev v realno delovno okolje preko podjetja Servus d.o.o., kar krepi samozavest in zaposljivost.
- Dolgoročna podpora: reintegracija, mentorstvo in spremljanje tudi po zaključku programa.
- Preventiva: sistematično delo z mladimi in starši za krepitev varovalnih dejavnikov.

POGLED NAPREJ: VABLJENI K SODELOVANJU

Za trajne spremembe je nujno potrebna povezanost s skupnostjo. Društvo IZHOD TC vabi šole, občine, podjetja, zdravstvene ustanove, nevladne organizacije in posameznike k sodelovanju - pri preventivi, zaposlovanju, mentorski podpori, prostovoljstvu ali soustvarjanju programov. Skupaj je mogoče zmanjšati vpliv zasvojenosti, odpreti pot upanja in okrepiti varnost družbenega okolja. V primeru potrebe po podpori zase ali za bližnjega, ali prepoznavate potrebo v svoji skupnosti, je Društvo IZHOD TC vedno na voljo.



PROSTOVOLJSTVO JE VREDNOTA

KO PROSTOVOLJSTVO RAZBIJA PREDSDODKE IN GRADI BOLJ ODPRTO DRUŽBO

V Društvu Projekt Človek so prostovoljci pomemben del našega kadra in uspešnosti že od samega začetka delovanja društva.



Skupaj na poti za Človeka že 30 let.

V devetdesetih letih prejšnjega stoletja je v Sloveniji zloraba drog močno narasla. Takrat se je deset prostovoljcev in delavcev, ki so se srečevali s problemom zasvojenosti, vključilo v trimesečni izobraževalni program v »Projektu Človek« v Rimu, za usposabljanje kadra za delo z zasvojenimi. Leta 1994 se je iz Socialnega foruma za zasvojenosti in omame iz sekcije za narkomanijo razvilo Društvo Projekt Človek.

Pri delu u osebami z izkušnjo zasvojenosti, ki gradijo novo življenjsko pot, se pogosto srečujemo s tišino – z neizrečenimi zgodbami, predsodki in strahom pred stigmo. Prav zato prostovoljci, ki vsakodnevno vstopajo v svetove teh oseb, prinašajo nekaj dragocenega: sprejetost, prisotnost, pristnost, čas in človeški stik, ki ga mnogi do vstopa v svet abstinence niso bili deležni. Delo prostovoljcev ni le pomoč drugim, temveč tudi priložnost, da presežemo predsodke in se učimo razumevanja in odprtosti do drugačnosti.

Prostovoljstvo na področju zasvojenosti je še vedno obdano s številnimi predsodki. Prepogosto slišimo, da je delo z osebami z roba družbe »pretežko« ali »rezervirano za strokovnjake«. Pa temu ni tako. Vas zanima zakaj?

Večina ljudi misli, da je prostovoljstvo na področju zasvojenosti pretežko ali da za to delo potrebuje strokovno izobrazbo. A prostovoljci, ki delujejo v Društvu Projekt Človek, vsak dan dokazujejo nasprotno.

Njihova vloga ni v tem, da rešujejo ali zdravijo, ampak da so prisotni – poslušajo, spodbudijo, preživijo čas z ljudmi, ki si prizadevajo za spremembo.

Včasih to pomeni skupno igro z otroki, drugič pogovor ob kavi, pomoč pri vsakodnevnih opravilih ali ustvarjalno delavnico.



Prav ti preprosti trenutki pogosto prinesejo največ topline, sproščenosti in občutka pripadnosti – tako za uporabnike kot za prostovoljce. Prostovoljci pogosto povedo, da so v prostovoljnem delu našli veliko več, kot so pričakovali. Odkrili so, da “težko delo” ni tisto, kar izčrpava, temveč tisto, kar se dotakne – ker te opomni, kako močna je iskrena človeška bližina. Ob tem pa tudi sami rastejo: učijo se sočutja, potrpežljivosti, razumevanja drugačnosti in poguma, da stopijo v stik brez predsodkov.

»Naučila sem se strogosti, postavljanja jasnih mej in poslušanja ter zmožnost slišanja. Predvsem sem se oklestila kar nekaj predsodkov, dobila priložnost pomagati ljudem, najbolj pomembno se mi pa zdi, da sem spoznala veliko različnih ljudi in dobila boljši vpogled v razumevanje različnih življenjskih situacij, kar je obogatilo tudi moje osebno in profesionalno življenje.« pravi Lea, prostovoljka v terapevtski skupnosti za zasvojene starše in njihove otroke v Sopotnici pri Škofji Loki, ki je prva in edina tovrstna terapevtska skupnost v Sloveniji, ki omogoča, da se starš v program vključi skupaj z otrokom.

Predsodke ruši tudi spoznanje, da prostovoljci ne samo dajejo, ampak tudi prejemajo: nova znanja, veščine, razumevanje drugačnosti in izkušnjo, da je mogoče graditi odnose tudi tam, kjer jih prej ni bilo. Mnogi prostovoljci pravijo, da jih je delo v tem okolju naučilo potrpežljivosti, poslušanja in da so zaradi teh izkušenj bolj odprti tudi v vsakdanjem življenju.

Ko širša javnost razume pomen prostovoljstva, se spremeni tudi pogled na ljudi v stiski. Prostovoljci niso “heroji”, ki rešujejo druge, temveč so soustvarjalci prostora, kjer ljudje okrevajo, se učijo in znova gradijo svoje življenje. Prav takšno prostovoljstvo je tisto, ki



PREJEMNIKI PLAKET OB 30- LETNICI DRUŠTVA

destigmatizira – ker briše meje med “mi” in “oni” ter nam pokaže, da smo vsi ljudje, ki včasih potrebujemo podporo in včasih podpiramo druge.

Prostovoljci v društvu pomagajo pri aktivnemu preživljanju prostega časa z uporabniki, ustvarjalnostih, družabnih aktivnosti, pri spremstvu na dogodke, predvsem pa ustvarjajo prostor, kjer ljudje, ki so se znašli na robu družbe, znova dobijo občutek, da so videni, slišani in sprejeti.

»Najdragocenejši opomnik delavnice zame je namreč bil, da prostovoljstvo ni enosmerna "pomoč", temveč izmenjava. Tudi prostovoljci od uporabnikov dobimo ogromno, v tem primeru veliko toplino in občutek povezanosti. Menim, da je ravno takšne preproste trenutke pomembno deliti, saj pokažejo, da prostovoljstvo ni vedno povezano z velikimi obveznostmi ali zahtevnimi nalogami. Včasih gre preprosto za to, da si prisoten, se prepustiš trenutku in ga deliš z drugimi – in ravno to nas poveže ter nam daje občutek skupnosti. To pa je, po mojem mnenju, tisto bistveno, kar ljudje potrebujemo in v kar je vredno vlagati.«

je zapisala prostovoljka Neža, ki se je skupaj z uporabniki in zaposlenimi Centra za reintegracijo udeležila lončarske delavnice v studiu za učenje dela z glino Biskvit.



UTRINEK IZ LONČARSKE DELAVNICE CENTRA ZA REINTEGRACIJO

Čeprav se komu zdi, da gre za majhne geste, so te v resnici temelj spremembe: pogovor, skupna ustvarjalnost, podpora ob težkih trenutkih. V Društvu Projekt Človek verjamemo, da je vsakdo lahko del tega procesa – kot prostovoljec, kot podpornik, kot nekdo, ki širi razumevanje in razbija predsodke.

V začetku leta 2025 smo v društvu pričeli z izvajanjem projekta **Prostovoljstvo je vrednota** s katerim smo naredili pomemben korak naprej – prostovoljcem lahko zagotavljamo še bolj sistematično podporo, mentorstvo in prostor za rast, razvoj in vključenost.

S pomočjo sofinanciranega delovnega mesta koordinatorja prostovoljstva, ki ga financira **Ministrstvo za javno upravo**, smo prostovoljcem zagotovili stalno spremljanje, svetovanje in priložnosti za soustvarjanje vsebin, ki bogatijo in širijo naše programe.

A bistvo prostovoljstva se ne skriva le v projektih, temveč v ljudeh, ki ga soustvarjajo. V tistih, ki s svojo prisotnostjo prinašajo toplino, razumevanje in upanje. Prostovoljstvo na področju zasvojenosti ni lahko – a je iskreno, človeško in globoko povezovalno.

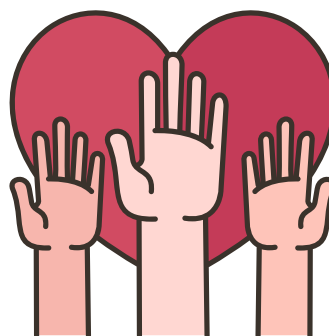
Vsako srečanje pušča sled. Če verjameš v moč sočutja, sprejemanja in skupnosti, te vabimo, da se nam pridružiš – skupaj ustvarjamo prostor, kjer ima vsak človek možnost, da znova zaživi.

»Razumem, da je lahko na začetku malo strahu ali dvoma – tudi sama sem ga imela. A ko enkrat spoznaš ljudi, ki se soočajo z zasvojenostjo, hitro vidiš, da za tem ni "oznak" ali predsodkov, ampak resnične zgodbe, bolečina, pa tudi ogromno poguma in volje do spremembe. Če zbereš pogum in stopiš v ta svet, te čaka nekaj zelo dragocenega – pristni odnosi, občutek smisla in veliko osebne rasti. Ni vedno lahko, je pa zelo iskreno in resnično. In prav to največ šteje.« je povedala strokovna delavka Tina, ki je v društvu začela kot praktikantka, nadaljevala kot prostovoljka in se v letošnjem letu v društvu tudi zaposlila.

Morda bo ravno vaše branje tega prispevka korak k temu, da na prostovoljstvo pogledate drugače – ne kot na nekaj, kar delamo za druge, temveč kot na skupno pot, na kateri se učimo človečnosti. Poskusite.

Miran Pondelek,
org. soc., strokovni delavec,
koordinator prostovoljstva

Kontakt:
E-pošta: miran.pondelek@projektclovek.si
Telefon: 051 267 318
www.projektclovek.si



»Aktivnosti projekta Prostovoljstvo je vrednota sofinancira Ministrstvo za javno upravo v okviru javnega razpisa za razvoj in profesionalizacijo NVO in prostovoljstva 2024«.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO

**PROSTOVOLJSTVO
JE VREDNOTA.**

»Aktivnosti projekta Prostovoljstvo je vrednota sofinancira Ministrstvo za javno upravo v okviru javnega razpisa za razvoj in profesionalizacijo NVO in prostovoljstva 2024«.

PROSTVOLJSTVO V DRUŠTVU SVIT KOPER

V našem društvu prostovoljstvo temelji na skrbi za ranljive skupine v lokalnem okolju ter spodbuja vključevanje, socializacijo in občutek pripadnosti med uporabniki dnevnega centra in prostovoljci. Naš cilj je ustvarjati varno, spodbudno in vključujoče okolje, kjer se posamezniki lahko razvijajo, pridobivajo delovne navade ter krepijo svoje socialne in življenjske veščine.

Prostovoljci, ki so pogosto tudi uporabniki društva, aktivno sodelujejo pri vsakodnevnem delovanju dnevnega centra. Skrbijo za urejenost in čistočo prostorov ter okolice, pomagajo pri izvajanju delavnic, aktivnosti in družabnih dogodkov ter nudijo medvrstniško pomoč. Pomemben del njihovega prispevka predstavljajo tudi čistilne akcije in dejavnosti, povezane z varovanjem okolja in zdravja, kot so izmenjava infektivnega materiala in ozaveščanje o odgovornem ravnanju z odpadki.

Naši prostovoljci s svojim delom krepijo povezanost med ljudmi, spodbujajo solidarnost in medsebojno pomoč ter pomembno prispevajo k zmanjševanju socialne izključenosti. Ob podpori mentoric, ki so jim na voljo vsak delovni dan med 7. in 15. uro, prostovoljci pridobivajo nove izkušnje, veščine in samozavest, s čimer se povečujejo njihove možnosti za vključevanje v nadaljnja izobraževanja, usposabljanja in zaposlitev.

Skozi prostovoljsko delo naši člani ne prispevajo le k izboljšanju kakovosti življenja ranljivih skupin, temveč tudi k večji solidarnosti, povezanosti in okoljski odgovornosti v celotni lokalni skupnosti.



Skozi prostovoljno delo človek spoznava vrednost nesebičnosti in se uči spoštovanja, potrpežljivosti in hvaležnosti. Pogosto prostovoljci povedo, da prav s pomočjo drugim najdejo sebe – svojo moč, smisel in notranji mir.



Poseben pomen ima tudi sekundarna izmenjava materiala na terenu, ki jo izvajajo naši terenski prostovoljci. Njihovo delo je izjemno pomembno za preprečevanje škode in zmanjševanje tveganj na terenu, saj skrbijo za razdeljevanje sterilnega materiala, zbiranje uporabljenega materiala ter osveščanje o varnejših praksah. S svojim delom prostovoljci na terenu ohranjajo neposreden stik s skupnostjo, nudijo podporo in razumevanje ljudem v stiski ter s tem prispevajo k varnejšemu in bolj povezanemu okolju.



V društvu so se nam pridružili tudi zunanji prostovoljci, ki s svojo energijo, časom in znanjem bogatijo naše aktivnosti in širijo duh prostovoljstva zunaj našega kroga uporabnikov.

Posebej se želimo zahvaliti prostovoljcu **Nemanji Savkoviću**, ki je z izjemno mero dobrosrčnosti organiziral piknik ter doniral veliko hrane, klopi, žar z gorilnikom in druge materialne potrebščine.

Podpora in srčnost naših prostovoljcev so lep primer, kako lahko posamezniki s svojimi dejanji pomembno prispevajo k skupnemu dobremu ter okrepi občutek solidarnosti v skupnosti.



SRČNA VEZ MED TEORIJO IN PRAKSO: SODELOVANJE DRUŠTVA SVIT KOPER S FAKULTETO ZA SOCIALNO DELO LJUBLJANA

Z globokim zavedanjem, da je socialno delo poklic srca in uma, Društvo SVIT Koper že vrsto let goji izjemno plodno sodelovanje s Fakulteto za socialno delo Univerze v Ljubljani (FSD) na področju študijske prakse. To partnerstvo ni le formalnost, temveč neprecenljiva priložnost za prenos teoretičnega znanja v resnične življenjske situacije.

Vsako leto našemu kolektivu na ta način pridružimo enega študenta z različnih letnikov študija. Sodelovanje poteka v tesni koordinaciji s predavateljem Markom Mesečem, vodjo Centra za praktični študij na FSD, ki je ključna oseba za strokovno podporo praktikantom s strani fakultete.

Za bodoče mlade strokovnjake je ta praksa neprecenljiva. V Društvu SVIT Koper pridobijo dragoceno znanje in izkušnje neposredno iz področja zasvojenosti. To je specifično in zahtevno področje, ki od socialnih delavcev zahteva posebno občutljivost, etičnost in strokovno usposobljenost.

Kot strokovna vodja društva študentom nudim aktivno oporo, mentorstvo in prenos praktičnega znanja. Vsekakor pa celotna ekipa Društva SVIT Koper, polna izkušenj in empatije spremlja študenta na praksi. Vstop v poklicni svet je lahko izziv, zato jim stojimo ob strani pri vsakdanjih nalogah, intervencijah in refleksiji lastnega dela. S tem dobijo ne le formalno izkušnjo, temveč tudi močno popotnico – nabor veščin, etičnih načel in osebne moči, ki so ključni za njihovo nadaljnjo pot. Verjamemo, da na ta način soustvarjamo bolj strokovno in sočutno prihodnost na področju socialnega dela.



EKIPA DRUŠTVA SVIT KOPER: SKUPAJ ZA BOLJŠI DANES

Za vsakim uspehom, vsako prelomnico in vsakim žarkom upanja v naši skupnosti stoji neprecenljiva ekipa – zaposleni. So tisti, ki vsak dan vnašajo neizmerno energijo, bogato strokovno znanje in toplino srca v delo z ranljivimi skupinami.

Poslanstvo gradijo na brezpogojnem sprejemanju in globokem zavedanju enakopravnosti vsakega posameznika. Zaposleni ustvarjajo varno, spodbudno in vključujoče okolje, kjer se uporabniki počutijo cenjene, slišane in spoštovane. V tem pristnem okolju, kjer ni prostora za predsodke, posamezniki zmorejo razvijati ključne socialne veščine, pridobivati delovne navade in krepiti občutek pripadnosti in vključenosti.

Delo ekipe se odraža v strokovnem delu ter skrbno načrtovani organizaciji dnevnih aktivnosti, delavnic in družabnih dogodkov, ki krepijo medsebojno podporo in solidarnost. Hkrati s človeškim dotikom zagotavljajo tudi urejenost in prijetno vzdušje tako v prostorih dnevnega centra kot na terenu. Čut za ljudi je tista rdeča nit, ki prepleta vsako dejavnost in omogoča krepiti pristno povezanost med ljudmi.

"Svitovke" so resnično srce društva. Z neomajno predanostjo in sočutjem vsaka članica prispeva k oblikovanju bolj povezane, sočutne in vključujoče skupnosti, v kateri je prostor za vse in kjer je vsakdo lahko, to kar je.



TERENSKO DELO Z ODVISNIKI OD PREPOVEDANIH DROG- PREDSTAVITEV PROGRAMA JAVNEGA ZAVODA SOCIO CELJE



Program »Terensko delo z odvisniki od prepovedanih drog«, ki ga izvajamo v Javnem zavodu Socio, sodi v skupino nizkopražnih programov in predstavlja enega

najpomembnejših programov zmanjševanja škode pri osebah, ki uživajo prepovedane substance. Ustanoviteljica Javnega zavoda Socio je Mestna občina Celje.

Program je dostopen uporabnikom drog, osebam, ki so posredno prizadete zaradi pojava drog (svojci, prijatelji) in javnosti, ki želi biti informirana o stanju na področju drog in zasvojenih ter želi aktivno prispevati k zmanjšanju socialne izključenosti in diskriminaciji zasvojenih s prepovedanimi drogami.

Uživalci drog so ena izmed najbolj rizičnih skupin družbene populacije, saj ima uživanje drog številne škodljive telesne (poškodbe tkiv in organov, okužbe, bolezni, predoziranja, tvegana spolnost, dvojne diagnoze, komorbidnost), duševne (psihoze, paranoje, shizofrenija, depresija, samomori,...) in družbene posledice (kriminalna dejanja, zaporne kazni, dolgotrajno prejemanje denarnih prejemkov, odsotnost iz trga delovne sile).

Ob uživanju drog so prizadeti tudi bližnji (svojci, partnerji, prijatelji), ki se soočajo s stiskami zaradi vedenja bližnjega, ki se odloča za življenje z drogo, kot čisto osebnimi stiskami, občutki krivde, poraza, sramu, stigme, ker je njihov bližnji uživalec prepovedanih drog; ter prav tako iščejo pomoč.

V programu sva zaposlena dva strokovna delavca s strokovnim izpitom iz socialnega varstva, z nama pa sodeluje tudi diplomirana medicinska sestra, ki je zaposlena v Zdravstvenem domu Celje.

Veliko služb nima prilagojenih storitev za naše uporabnike oziroma jih pogojuje, zato potrebujejo veliko podpore za prevzemanje odgovornosti za svoj način življenja in spodbude pri reševanju/izboljševanju situacij. Naš program je mnogim prvi in edini vir informacij, svetovanja, motiviranja, zmanjševanja škode, reševanja praktičnih težav, zagovorništva, obenem pa spodbuda, da si uporabniki med seboj pomagajo in širijo informacije tudi naprej (vrstniška edukacija); ker delamo v lokalnem okolju, pa ob tem nevsiljivo vstopamo v stik tudi z lokalnimi skupnostmi in prebivalci občin (preventiva, osveščanje).

Z ozaveščanjem uporabnikov, da uporabljajo manj tvegana vedenja, želimo preprečiti ali znatno zmanjšamo nevarnost širjenja okužb tako med samimi uporabniki kot v širši skupnosti in na tak način skupno prispevamo k varovanju zdravja.

Pomembno je poudariti, da naš program ne zahteva vstopnih pogojev, vključitev vanj je prostovoljna, uporabnikom je omogočena lastna izbira urejanja, naše pomoči ne pogojujemo z zahtevo po abstinenci. Uporabnikom je zagotovljena anonimnost, saj se vodi le šifrirana evidenca, vse storitve so brezplačne.

Za izvajanje terenskega dela uporabljamo posebej prirejeno vozilo, mobilno enoto, kupljeno s strani Ministrstva za zdravje in sofinancirano iz Evropskega sklada za regionalni razvoj.

Mobilna enota je opremljena kot del svetovalne pisarne (informiranje, svetovanje, računalnik, tiskalnik, informativne brošure,...) in ambulantni del (prostor za shranjevanje in razdeljevanje sanitetnega materiala, sterilnih igel/brizg, kontejner za vračanje rabljenih igel, deljenje hrane...).

Prednost takega pristopa in načina dela sta v tem, da se aktivnost izvaja v okolju, kjer se uporabniki zadržujejo in živijo ter da imajo naše storitve na voljo tukaj in zdaj. S terenskim vozilom mi pristopamo k uporabnikom in ne obratno, kar omogoča nevsiljivo vključevanje in doseganje tudi tistih uporabnikov, ki niso v stiku z drugimi ustanovami oz. programi pomoči. S tem pridobivamo realen vpogled v njihovo vsakdanje življenje, problematiko ter dogajanje na sceni drog.

Program se izvaja na različnih lokacijah vse delovne dni v tednu. Uporabniki so z lokacijami seznanjeni, ker so le te njihove točke srečevanja in zadrževanja.

V letu 2025 obiskujemo sledeče občine, ki so običajno tudi sofinancerji programa: MO Celje, Dobrna, Gornji Grad, Laško, Mozirje, Podčetrtek, Rogaška Slatina, Slovenske Konjice, Šentjur, Šmarje pri Jelšah, Štore, MO Velenje (sicer letos ni sofinancer, a zaradi uporabnikov prihajamo enkrat na teden k njim), Vojnik, Zreče, Žalec.

Za uporabnike smo med delovnim časom dosegljivi tudi na službenem telefonu, s pomočjo katerega dogovarjamo lokacije in izvajamo tudi naše storitve (informiranje, svetovanje).

Program deluje od leta 2007. V vsem tem času je bilo vanj vključenih več kot 600 različnih oseb iz naše regije.



INTERVJU S PSIHOLOGOM IZTOKOM SPETIČEM :

GRAM SRCA



Marca 2025 sem se v Centru mladih Koper udeležila projekcije dokumentarnega filma 'Gram srca' (režiser: Jan Cvitkovič), ki s pretresljivo neposrednostjo razgalja življenje odvisnikov v Ljubljani.

Dogodek je zaokrožil pogovor s psihologom Iztokom Spetičem, ki je odprl bistvena vprašanja o empatiji, družbeni vlogi in osebnih mejah v odnosu do odvisnosti.

“Ogled filma me je močno ganil, saj realno prikazuje stiske ljudi, ki jih pogosto spregledamo. Ogledala sem si ga v družbi psihologa in psihoterapevta Iztoka Spetiča, s katerim sem se po projekciji tudi pogovarjala. Pogovor o videnem me je spodbudil, da sem z njim opravila krajši intervju. Gospod Spetič je z veseljem delil svoje razmišljanje o filmu in tematiki odvisnosti, zato njegove misli z veseljem delim tudi z vami.”, je zapisala Tina Pegan.



1. Kakšni so tvoji vtisi o filmu, čisto na splošno?

Prvi vtis je bil v skladu s pričakovanji – predvideval sem, da bo film precej neposreden in bo izzval močne odzive. Sooča nas s težavami, ki jih družba pogosto potiska na rob in se z njimi redko sooča v vsakdanjem življenju. V filmu so intervjuji zelo iskreni in neposredni – jasno se vidi, kako živijo ljudje, zasvojeni s prepovedanimi drogami, ter s kakšnimi stiskami se srečujejo. Film gotovo sproži tudi občutek odgovornosti ali celo krivde – vsaj pri meni je bilo tako, saj pogosto raje zapremo oči pred takšnimi situacijami.

2. Recimo, knjiga “Mi, otroci s postaje ZOO”, ki sem jo prebrala v najstniških letih, je v meni sprožila željo po tem, da bi tudi sama poskusila heroin. Je možno, da tudi ta film pri kom sproži tako reakcijo?

Pri filmu oziroma knjigi “Mi, otroci s postaje ZOO” je identifikacija lažja, saj gre za bolj strukturirano zgodbo, ki lahko pri mladih vzbudi radovednost glede prepovedanih drog. Najstništvo je obdobje, ko mladi raziskujejo meje, film pa prav to prikazuje – željo po njihovem prestopanju. V ozadju je tudi vpliv subkulture rocka in vsega, kar je z njo povezano, kar lahko dodatno pritegne. Film »Gram srca« pa je teh elementov očiščen – deluje veliko bolj zadržano in realno. Zgodbe zasvojenih so prikazane surovo, brez olepševanja. Poleg tega so bili zasvojeni v filmu starejši kot v zgodbi “Mi, otroci s postaje ZOO”, iz filma pa jasno izhaja, kako se zasvojenost z leti pogloblja in vodi v vedno hujše posledice. Zaradi tega se je z liki težje poistovetiti.

3. Ali misliš, da je smotrno filme, kot je Gram srca, predvajati tudi mlajšim generacijam?

Menim, da je vredno takšne filme pokazati tudi najstnikom. Pred leti so me na primer povabili na srednjo šolo v Trstu, kjer so dijaki želeli pogledati film "Mi, otroci s postaje ZOO". Ravnateljica je temu nasprotovala, saj so se bali ravno tega učinka – da bi film pri dijakih vzbudil zanimanje za heroin. Skupaj z drugimi profesorji sem predlagal, da ogled vendarle omogočimo, če dijaki sami izražajo zanimanje, saj bi si film verjetno ogledali tudi brez dovoljenja. Ključno pa je, da po ogledu sledi konstruktiven pogovor, s katerim se usmerja razmišljanje in spodbuja kritičen odnos do vidnega. Tako smo tudi storili – in izkušnja je bila dobra. Takšni filmi lahko močno učinkujejo, vendar je bistveno, da o njih odprto, spoštljivo in vodeno razpravljamo.

4. Vem, da ni vse črno-belo, ampak ali misliš, da taki surovi dokumentarni filmi med gledalci vzbujajo več empatije do ljudi, zasvojenih s prepovedanimi drogami, ali povzročajo še večjo stigmatizacijo?

V primeru filma »Gram srca« je režiser Jan Cvitković znal nekaj izredno surovega prikazati na način, ki je v gledalcih spodbudil empatijo. Številni dokumentarni filmi, povezani z zasvojenostjo, danes pri gledalcih pogosto sprožijo obrambne mehanizme – najpogosteje projekcijo. Gledalec se tako od teme zasvojenosti oddalji in se prepriča, da z njo nima nič skupnega: »Jaz nisem tak, jaz tega ne bi nikoli storil, pred takim življenjem sem varen.« Prav na ta način pogosto prihaja do stigmatizacije.

Film »Gram srca« pa zelo jasno pokaže, da so bili vsi ti ljudje nekoč povsem običajni otroci, ki so živeli v okolju, ki jih ni »nahrnilo«, ni jih slišalo ali videlo. Heroin denimo zelo hitro povzroči zasvojenost, zato se ob ogledu filma lahko zavedamo, da bi se nekaj podobnega lahko zgodilo tudi nam ali komu v naši bližini.



5. Režiser Jan Cvitkovič je v intervjujih omenil, da je bilo »magično vprašanje« to, kaj je bil njihov prvi spomin iz otroštva, ki se je porodilo povsem spontano. Zakaj so ravno vprašanja o otroštvu, spominih in sanjah sprožila tako odprtost pri ljudeh, zasvojenih s prepovedanimi drogami, v filmu?

Po mojem mnenju je režiser občutljive narave in čeprav je bilo vprašanje ustvarjeno spontano, najverjetneje izhaja iz njegovih osebnih izkušenj. Ravno to »magično vprašanje« je spremenilo tudi odnos gledalcev do filma – poleg tega, da slišimo, kakšne so bile sanje teh otrok, lahko tega otroka povežemo z odraslo osebo in se zavedamo, da so bili tudi oni nekoč povsem običajni otroci, kot mi. Na ta način zasvojena oseba postane za gledalca človek s svojo zgodbo, ne le nekdo, ki je zasvojen. Ustvari se empatija do tistih, ki so bili nekoč povsem običajni otroci, a so bili skozi odraščanje soočeni s travmami ter so v nekem trenutku poskušali z heroinom ublažiti neznosno čustveno stisko, ki so jo doživljali – seveda pa s tem težav niso odpravili.

6. Bi lahko rekli, da so se ljudje, zasvojeni s prepovedanimi drogami, v filmu razgovorili tudi zato, ker jih je nekdo sploh pripravljen poslušati in slišati njihovo zgodbo?

Vsekakor so jih poslušali. Ključnega pomena pa so bila tudi zastavljena vprašanja, ki bi jih pravzaprav lahko postavili komurkoli. Zelo pomemben je bil tudi pristen odnos osebe, ki je vprašanja postavljala, saj vprašani začutijo, da nekoga njihova zgodba resnično zanima in da si prizadeva razumeti njihovo izkušnjo.

7. Če je razlog za zasvojenost s heroinom travmatično otroštvo, zakaj nekateri tej drogi podležejo, drugi – s prav tako travmatičnim otroštvom – pa ne?

Na splošno v različne oblike zasvojenosti po navadi zapadejo osebe, ki so po naravi predvsem zelo občutljive. Včasih se zgodi, da občutljive osebe s travmatičnimi izkušnjami najdejo ali se navežejo na nekoga – znotraj družine ali institucije – ki jih poslušajo in vidi. To absolutno pripomore k temu, da lažje prebrodijo težave ali si vsaj ustvarijo bolj celovito identiteto. Pogosto pa prav odsotnost ali omejenost takšnega »zrcaljenja« občutljive in ranjene osebe pripelje do težje oblike zasvojenosti. Njihova identiteta se razbije, kar povzroča globoko žalost in anksioznost. Velikokrat pa je stvar tudi naključja – na primer, če v trenutku, ko potrebujemo toplino, razumevanje in sprejemanje, srečamo napačno osebo, ki nam ponudi nekaj drugega, recimo heroin, ki nam vse to navidezno da, se stvari hitro zapletejo.

8. Zakaj nekdo poseže ravno po heroinu kot opiatu in ne po kaki drugi drogi z drugačnimi učinki?

Pogosto je to povezano s kemičnim vidikom in reakcijami v možganih. Opioidi, kot je heroin, so molekule, ki povzročijo takojšnje in izjemno močne občutke užitka. Seveda si zasvojeni pozneje želijo ta občutek znova doživeti in se zato vedno znova zadenejo, kar neizogibno vodi v zasvojenost. Če pogledamo zgodovino, vidimo, da je bil heroin sprva sintetiziran v farmacevtskem podjetju Bayer – molekulo so ustvarili v prepričanju, da bodo z njo zdravili zasvojenost od morfija. Morfij in kokain sta bila sprva predstavljena kot substanci s pozitivnimi učinki, pozneje pa so spoznali, da obe vodita v globoko zasvojenost. Tako so nehote ustvarili še močnejšo molekulo.

Uporaba heroina je torej povezana tudi z določenimi kulturnimi in družbenimi dejavniki. Nekaj podobnega velja za metadon. Obstajajo tudi raziskave, ki kažejo, kako okolje vpliva na potrebo zasvojenih oseb po določeni drogi oziroma količini le-te.

Na primer: miške, ki so med eksperimentom živele v stimulativnem okolju, kjer so imele poleg droge tudi druge zanimivosti, so se pogosto odločile, da droge ne bodo uživale, in so bile manj zasvojene kot tiste, ki niso imele raznolikih možnosti. Enako velja pri človeku – če ima zasvojena oseba na voljo več poti, kako se izkupati iz zasvojenosti, je večja verjetnost, da bo pri tem uspešna. Po mojem mnenju pa reševanje zasvojenosti z nadomestnimi molekulami ni pravo zdravljenje.

9. Film »Gram srca« je bil posnet v Ljubljani, torej v urbanem okolju. Kaj meniš, kako je z zasvojenostjo od heroina na podeželju?

Logično je, da je v manjših naseljih povezanost med prebivalci bistveno močnejša, kar lahko deluje terapevtsko. Če se vrnemo k otrokom, ki niso bili deležni toplote in sočutja s strani staršev, lahko rečem, da obstaja velika verjetnost, da bodo tega deležni od drugih ljudi, če živijo v manjših in povezanih skupnostih. Že sam ambient lahko do določene mere zapolni te »luknje«.

Res pa je, da v tesno povezanih skupnostih pogosto prihaja tudi do večje stigmatizacije, zato se zasvojeni, ki se znajdejo zunaj »okvirjev normalnega«, pogosto odselijo in poiščejo družbo, kjer so sprejeti. Urbano okolje je v tem pogledu bolj prijazno, saj dopušča več individualizma in anonimnosti, kar omogoča oblikovanje alternativnih skupin. Seveda pa tudi v takih okoljih obstajajo zasvojenosti – le da so morda družbeno bolj sprejemljive, kot je na primer alkohol, ki prav tako vodi v hudo zasvojenost ter posledično v socialno in psihično stisko.

ZAHVALA



Zahvaljujemo se vsem financerjem, donatorjem, posameznikom in zaposlenim za njihovo neprecenljivo podporo, predanost in srčnost.


Vaša pomoč pomeni več, kot lahko izrazijo besede – hvaležni smo, da nas prepoznate, poslušate in nam stojite ob strani.

Vaša podpora je temelj našega delovanja; brez vas našega društva ne bi bilo v današnji obliki.


Vsak vaš prispevek pomembno prispeva k razvoju in kakovostni izvedbi naših programov.

NAŠI FINANCERJI V LETU 2025:

MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

 REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

MINISTRSTVO ZA DELO, SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

 REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO, SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

FIHO

 FUNDACIJA ZA FINANCIRANJE INVALIDSKIH IN HUMANITARNIH ORGANIZACIJ V REPUBLIKI SLOVENIJI

OBČINA PIRAN

 OBČINA PIRAN
COMUNE DI PIRANO

OBČINA ANKARAN

 Občina Ankaran
Comune di Ancarano

OBČINA KOPER

 MESTNA OBČINA KOPER
COMUNE CITTA DI CAPODISTRIA

IN DONATORJI:

- PEKARNA EUROPA
- SLAŠČIČARNA KLASIKA
- LIDL
- DODO PICA KOPER
- BENSART
- BIROKOP D.O.O.
- FAST FOOD MAGIC
- AGRARIA KOPER
- LUKA KOPER
- NEMANJA SAVKOVIĆ

KAKO MAJHEN PRISPEVEK LAHKO USTVARI VELIK NASMEH?

Donacija je lepa gesta, zato lahko donirate
tudi vi, in sicer:

- Donacija 1% dohodnine
(več informacij na naši spletni strani):
www.svit-kp.org/obrazec-za-donacijo
ali
- davčna uprava: www.edavki.durs.si
- preko našega TRR računa:
SI56 1010 0003 5493 750 odprt pri intesa Sanpaolo bank
- osebno (živila, oblačila, obutev, odeje, šotor, ipd...)

Hvala.



“Vsak človek bije svojo bitko o kateri ne vemo ničesar, zato bodimo prijazni. Vedno.”

**ŽELIŠ V PRIHODNJEM LETU
PRISPEVATI K VSEBINI ČASOPISA?**



**NAPIŠI ČLANEK IN NAM GA
POŠLJI NA:**

drsvit@gmail.com

Sledi nam:

