

# Stiske neformalnih oskrbovalcev so pogosto prezrte

**Projekt IMRO** V Slovenskem društvu Hospic opažajo, da podporo pri skrbi za bolne svojce potrebuje veliko družin

Zaradi staranja prebivalstva se mnogi zaposleni, ki so hkrati neformalni oskrbovalci hudo bolnih družinskih članov, srečujejo z veliko stisko, ki jim jo povzročajo tudi zahteve poklicnega življenja. V organizaciji Slovenskega društva Hospic ob podpori ministrstva za kohezijo in regionalni razvoj poteka projekt IMRO, katerega namen je prenesti te stiske.

- Neformalni oskrbovalci bistveno razbremenijo zdravstveni sistem.
- V sistemu oskrbe so pogosto spregledani in ranljivi členi.
- V načrtu je pilotni preizkus certifikata »sočutno podjetje«.

ANDREJA ŽIBRET IFKO

V Sloveniji starostno onemoglega, kronično bolnega ali invalidnega svojca vsak teden oskrbuje okoli 200.000 družinskih članov. Neformalni oskrbovalci, tudi mladoletni, s svojim prispevkom k oskrbi starejših ljudi bistveno razbremenijo zdravstveni sistem, v sistemu oskrbe pa so sami pogosto spregledani in ranljivi členi. Izpostavljeni so delovnim obremenitvam in pogosto nimajo dostopa do strokovne podpore in pomoči.

## Podporne in razbremenilne aktivnosti

Projekt IMRO je namenjen razbremenitvi delovno aktivnih moških in žensk, ki opravljajo vlogo neformalnega oskrbovalca ostarelega, kronično bolnega ali umirajočega družinskega člana v različnih okoljih. Traja od julija 2022 do aprila 2024. Sofinancira se s sredstvi Norveškega finančnega mehanizma 2014–2021 v višini 499.740 evrov. Namenjen je tudi otrokom, ki opravljajo vlogo neformalnih oskrbovalcev vsaj enega družinskega člana, prostovoljcem iz lokalnega okolja, vodilnemu kadru v podjetjih in strokovni javnosti, na primer odločevalcem in koordinatorjem paliativne ter dolgotrajne oskrbe, pa tudi splošni javnosti.

Društvo Hospic v sodelovanju s projektnimi partnerji pripravlja

različne dogodke ter podpirne in razbremenilne aktivnosti, od tretmajev limfne drenaže, ki pomaga zvišati raven energije, do delavnic sočutne nege bolnika v domačem okolju v različnih obdobjih bolezni.

Do moške, ki skrbijo za bolnega svojca, pripravljajo posebna izobraževanja z razbremenilno delavnico o vseh pomembnih temah, ki v družini nastopijo ob pojavu težje bolezni, delavnica je tudi priložnost za družbeni pogovor. Razbremenilna delavnica z naslovom *Odkrivanje in negovanje notranje moči* pa je namenjena mladostnikom, ki imajo izkušnjo skrbi za bolnega družinskega člana ali svojca.

**Dodatne kompetence pri neformalnem oskrbovanju ter žalovanju bodo pripomogle k razvoju organizacijske kulture podjetja, zmanjšanju stresa na delovnem mestu, večji pripadnosti in dodatnemu motiviranju zaposlenih.**

TADEJA GOTAR

V okviru projekta je bilo že izvedenih 55 aktivnosti za ciljne skupine v programu integriranega modela skrbi za starejše, 20 izobraževanj za ciljne skupine projekta in osem razbremenilnih aktivnosti v sodelovanju s šolami. Prav tako izvajajo različna izobraževanja, začetna usposabljanja za prostovoljce in izobraževanja iz zdravstvene nege za neformalne oskrbovalce, ki potekajo izkustveno, s primeri dobre prakse in prikazom praktičnih rešitev pri skrbi za ostarele, kronično bolne in umirajoče.

## Usklajevanje poklicnega in zasebnega življenja

»Projekt IMRO je bil zasnovan na dolgoletnih izkušnjah društva Hospic pri delu s hudo bolnimi, umirajočimi ter njihovimi svojci – neformalnimi oskrbovalci, katerih potrebe in stiske so pogosto prezrte,« pravi glavna koordinatorica projekta Tadeja Gotar.

»V Sloveniji je projekt novost, zato verjamemo, da bodo ob zaključku financiranja aprila 2024 uporabniki aktivneje prihajali, saj bo prepoznavnost projekta večja,« dodaja.

Projekt je usmerjen v razvoj treh vrst podpornih storitev pri usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja. Model integrirane oskrbe starejših v urbanem okolju vzpostavljajo v obliki dnevnega centra. Tu potekajo individualni pogovori, obiski na domu pri ciljnih skupinah, podpirne skupine in skupine za samopomoč, razbremenilne aktivnosti, izobraževanja ter izkustvene in ustvarjalne delavnice, bralne skupine, terapije s pomočjo umetnosti, sprostivne aktivnosti, zdravstvenovzgojno delo in dodatne aktivnosti, organizirane tudi v sodelovanju s fakultetami.

Model integrirane oskrbe starejših v ruralnem okolju prav tako vzpostavljajo v obliki dnev-



Projekt IMRO je namenjen razbremenitvi delovno aktivnih moških in žensk, ki opravljajo vlogo neformalnega oskrbovalca. FOTO BLAŽ SAMEC

nega centra. Ključni center *Dobro jutro, sosed* ostarelim, umirajočim in kronično bolnim, ki živijo sami oziroma so njihovi svojci v službi ali odsotni, ponuja vsakodnevni pogovor, ohranjanje socialnih stikov po telefonu in informacije o dogajanju v domačem kraju. Na ključnem centru je bilo opravljenih 380 klicev. Tako kot v urbanem okolju izvajajo dodatne aktivnosti, kot so obiski na domu, individualni pogovori, razbremenilne aktivnosti, izobraževanja ter izkustvene in ustvarjalne delavnice. Aktivnosti



»Projekt je bil zasnovan na dolgoletnih izkušnjah društva Hospic pri delu s hudo bolnimi, umirajočimi ter njihovimi svojci – neformalnimi oskrbovalci, katerih potrebe in stiske so pogosto prezrte,« pravi Tadeja Gotar. FOTO OSEBNI ARHIV

prilagajajo glede na potrebe ciljnih skupin.

## Sočutno podjetje

Tretja podpirna storitev je razvoj ukrepov v sklopu certifikata »sočutno podjetje«, namenjenih neformalnemu oskrbovalcem, ki so v delovnem razmerju. Nastal je z namenom ozaveščanja podjetij o problematiki usklajevanja poklicnega in zasebnega življenja delovno aktivnih moških in žensk, ki skrbijo za kronično bolnega, umirajočega ali ostarelega družinskega člana.

Certifikat z razvitimi ukrepi ter vsebinskimi izobraževanji v podjetju prinaša nove rešitve za lažje usklajevanje delovnih obveznosti zaposlenih in njihove skrbi za svojca. V okviru projekta od julija do decembra letos poteka pilotni preizkus certifikata v izbranim podjetju. »Dodatne kompetence pri neformalnem oskrbovanju ter žalovanju bodo pripomogle k razvoju organizacijske kulture podjetja, zmanjšanju stresa na delovnem mestu, večji pripadnosti in dodatnemu motiviranju zaposlenih,« pojasnjuje Tadeja Gotar.

## Vključuje se več žensk kot moških

Zainteresirani se lahko v storitve, ki jih ponuja projekt IMRO, vključijo na različne načine, po telefonu ali e-pošti, osebno v prostorih

**200.000**  
ljudi pri nas vsak teden skrbi za starostno onemoglega, kronično bolnega ali invalidnega svojca

**499.740 €**  
je vreden projekt IMRO, sofinanciran iz Norveškega finančnega mehanizma

**380 klicev**  
je bilo opravljenih na ključnem centru *Dobro jutro, sosed*

društva, pogosto se vključijo z udeležbo na različnih aktivnostih projekta, kot so izobraževanja, na primer iz zdravstvene nege za neformalne oskrbovalce. Posameznim projektnim aktivnostim se je pridružil približno 150 uporabnikov dnevnih centrov iz urbanega in ruralnega okolja. »Opazimo, da se v projektne aktivnosti

vključuje več žensk kot moških, kar je mogoče pojasniti s tem, da ženske običajno opravljajo večji del neformalne oskrbe v družini. Vključujejo pa se vse starostne skupine uporabnikov,« ugotavlja Gotarjeva.

Pri izvedbi vsebin sodelujejo strokovni delavci s področij delovne terapije, fizioterapije, zdravstvene nege, psihoterapije, pa tudi antropoloških znanosti in filozofije. V razvoj in izvedbo aktivnosti se vključujejo študentje in profesorji različnih fakultet, pri praktičnem usposabljanju, na primer, sodelujejo z ljubljansko zdravstveno fakulteto, pri opremljanju prostorov, kjer potekajo aktivnosti v urbanem okolju, pa z ljubljansko fakulteto za dizajn. Prav tako pri izvedbi aktivnosti sodelujejo prostovoljci različnih izobrazbenih profilov.

Društvo načrtuje nadaljnjo izvedbo in nadgradnjo izobraževanja in razbremenilnih aktivnosti za neformalne oskrbovalce, umirajoče, ostarele in kronično bolne. V načrtu je tudi pilotni preizkus certifikata »sočutno podjetje« v izbranim podjetju. Ob koncu projekta bodo organizirali zaključno konferenco ter izvedli študijo o razvoju integriranega modela skrbi za starejše v urbanem in ruralnem okolju, ki bo namenjena evalvaciji in merjenju učinkovitosti izvedenih aktivnosti.

Marjan Bauer: Tretje mnenje

## Praprznik brez kaplje ideologije

**P**razniki so takšni in drugačni. Starejši imamo težave z razlikovanjem, odtenki med dnevom državnosti in dnevom samostojnosti in enotnosti, zlahka pa vemo, kaj se je slavilo in česa se je spominjalo konec novembra v času jugorepublike. Nekateri si sladkajo spomin, da so nekoč še posebno skrbno z zastavami strumno odkorakali in tedaj znamenito, a danes pozabljeno mesto jaje. Z manj uradnimi zadevami je seveda vedno manj težav. Mularija natanko ve, kaj je letos najbolj grozotnega na noč čarovnic, naš vnuk je za pusta vsakič strašni enooki gusar, le bridko sabljico odločno zamenja za najnovejši medgalaktični laserski model.

Tudi martinovo je veselica brez ideoloških problemov. Praznovanje je bilo od nekdaj, a lažje mu sledimo v čas nastajanja današnje Evrope, ljudstva so pred zimo delala obračun letine, pridelka in se seveda povesečila. Rimska cerkev je katedrala pobožnosti in reda, vsakemu gibanju in dogajanju je treba dodati nadzor, in tako se je jesenskim ljudskim hvaležnostim in veselicam nekako nehoti pritaknil mož po imenu Martin. Ni mit, pravilniča oseba, je človek iz mesa in kosti z velikim poslanstvom. Njegov oče je kot rimski tribun cesarjem služil v panonski Sabariji, Szombathelyu v današnji Madžarski. Tudi Martin je postal vojak, gardni konjenik. Mit pravi, da je pred mestnimi vrati v Amiensu Martin nekega zimskega dne leta 334 podelil vojaški plašč s prezeblim, skoraj nagim beračem. In tako za

vse čase po stezici navadnih ljudi stopil v zgodovino.

Po delitvi plašča se je Martin dal krstiti, zapustil je vojsko, postal mašnik, puščavnik. Krstil je mamo, očeta mu ni uspelo prepričati. Potem so ga iz ljudstva poklicali nazaj, leta 371 je bil proti njegovi volji izvoljen za škofa v galskem Toursu. Ljudje so ga imeli zelo radi, po vsej deželi so govorili o njegovih čudežih, ozdravljenjih, prebujanju od mrtvih, izganjanju hudiča in hudobnih duhov. Bil je eden prvih svetnikov nemučencev, ki mu je Cerkev podelila svetniško čast. Posvečenim mu je na tisoče cerkva, samostanov, mest in gradov. Njegov grob v Toursu je bil v srednjem veku slovita

**Tudi zelo naš sveti Martin ni nikoli krstil vina.**

božja pot, Martin je še danes posebej priljubljen v krajih, kjer so živeli Kelti. Morda je odmev tega podatek, dejstvo, da ima na Slovenskem 121 cerkva. In še kakšno, tudi v Grobljah pod keltskimi Gorjanci.

Kaj pa znamenita martinova gos? Legenda pravi, da se je skromni Martin skrnil med goske v hlevu, ko so ga iskali, da bi ga odpeljali služiti za škofa v Tours. Gospe ga pa da so večno kaznovane s potovanjem na martinovanje.

Sveti Martin nam ni zapustil niti črke, najmanjšega pisanja. A ljudsko izročilo mu je pelo hvalo, kakor samo še Antonu Puščavniku in Miklavžu. Nekaj tega je ostalo tudi v bolj brezbožnih časih. Ljudstva so za zmeraj.

Vprašanje in odgovor

## Kaj je delovna terapija?

**dr. Katarina Galof**  
predsednica Zbornice delovnih terapevtov Slovenije



**Kje vse se uporablja delovna terapija in kdo so njeni uporabniki?**

Delovna terapija je zdravstvena stroka, ki posamezniku omogoča vključevanje v zanj pomembne dejavnosti vsakdanjega življenja. Delovni terapevt pri svojem delu skupaj z varovanci išče smisel njihovega življenja, skupaj z njimi na novo strukturira dan, ga napolni z dejavnostmi, ki odražajo bistvo življenja. Dejavnosti odbere na podlagi uporabnikovih vrednot, interesov, idealov, vlog in želja, s čimer mu pomaga na novo osmisli življenje. Prilagaja izvedbo dejavnosti in okolje, v katerem se te izvajajo.

Delovnoterapevtska obravnava se izvaja v vseh življenjskih obdobjih, na vseh ravneh zdravstvene dejavnosti, to je v zdravstvenih domovih, kjer so razvojne ambulante s centrom za zgodnjo obravnavo, v splošnih bolnišnicah, na klinikah in v rehabilitacijskih centrih. Poleg

tega delovni terapevti izvajajo zaposlitveno rehabilitacijo, skupnostno psihiatrično obravnavo v centrih za duševno zdravje odraslih ter centrih za duševno zdravje otrok in mladostnikov, v centrih za obravnavo duševnih težav in motenj na področju duševnega zdravlja ter motenj v duševnem razvoju. Prav tako delajo v zdraviliščih, socialnovarstvenih zavodih, kot so domovi za starejše, varstveno-delovni centri, centri po poškodbi glave ter centri za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje. Delujejo tudi v ambulantni obravnavi, osnovnih šolah s prilagojenim programom, v nevladnih organizacijah, društvih, pri pomoči na domu in v zasebnosti.

**Kakšna znanja imajo delovni terapevti?**

Delovni terapevti se za poklic diplomirane delovne terapije izobražujejo na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani, triletni visokošolski strokovni študijski program zaključijo z diplomom. Za samostojno opravljanje poklica je treba opraviti še šestmesečno pripravništvo in strokovni izpit pri ministrstvu za zdravje. Podiplomsko izobraževanje poteka pod okriljem Zbornice delovnih terapevtov Slovenije, prav tako se diplomanti lahko izobražujejo v tujini oziroma na področjih, kjer potrebujejo dodatna znanja, s katerimi nadgradijo in dopolnijo delovnoterapevtsko obravnavo, kar zadeva ocenjevanje, koncepte, metode in tehnike dela.

**Koliko je starejših uporabnikov in kakšne storitve potrebujejo?** Uporabniki delovnoterapevtskih storitev so v domovih starejših, na klinikah in v rehabilitacij-

skih centrih. Nekateri imajo možnost delovnoterapevtskih storitev tudi v okviru pomoči na domu, brezplačne ali plačljive, in zasebnosti. Želim si, da bi v sklopu dolgotrajne oskrbe tovrstne storitve uporabljalo čim več starejših ljudi.

Najpogosteje so to storitve, povezane s ponovnim pridobivanjem ali ohranjanjem samostojnosti pri vsakodnevnih aktivnostih, pri osebah po možganski kapi, zlomu kolka, poškodbi hrbtenjače, amputacijah, poškodbi glave in podobno. Pomembna je tudi preventiva, pri čemer gre za ocenjevanje in svetovanje o

primerni uredenosti bivalnega ali delovnega okolja.

**Kolikšne so potrebe po delovni terapiji?**

S starajočo se družbo bodo potrebe po delovni terapiji iz dneva v dan večje. Kar 95 odstotkov starejših živi v domačem okolju in se tam tudi želijo starati, kar pomeni, da se bodo te storitve povečale v okviru pomoči na domu, prav tako pri preventivnih in izobraževalnih programih, pri čemer bo treba poskrbeti še za ljudi, ki so za starejše pomembni drugi, in jih opolnomočiti, da bodo zanje lahko skrbeli.

**Koliko delovnih terapevtov primanjkuje pri nas?**

V sedanjih zdravstveni ureditvi delovni terapevti nimamo zavedenih čakalnih vrst, ker smo del interdisciplinarnih timov oziroma so napotovalci na delovnoterapevtske obravnave zdravniki. Čakalne vrste se evidentirajo samo v razvojnih ambulantah in te so absolutno predolge. V Sloveniji imamo tri delovne terapevte na 10.000 prebivalcev, v Avstriji jih imajo pet, na Finskem šest, v Nemčiji osem, na Švedskem 12 in na Danskem celo 20.

ANDREJA ŽIBRET IFKO



KARIKATURA MARKO KOČEVAR