

ZAVOD PRAVICA SO. P.

GLASILO PRAVICE

december 2023

2023 - ŠT. 1

OSEBNA ASISTENCA



GLASILO PRAVICE





GLASILO PRAVICE,

LETO 2023, ŠT. 1

Brezplačen izvod

DECEMBER 2023

ŠTEVILKA ISSN: C508-8356

GLASILO IZDAJA:

ZAVOD PRAVICA SO. P., IZVAJALEC SOCIALNE STORITVE OSEBNE ASISTENCE:

Pravica – zavod za izvajanje osebne asistencije in drugih socialnih storitev Turnišče so. p.

Mlinska ulica 31, 9224 Turnišče

TRR: SI56 1910 0001 1444 308

Matična št.: 8304351000

Davčna št.: 13495780

PRIPRAVA IN TISK

Tiskarna Tilia print, Beltinci

Poštnina je plačana pri pošti

9224 Turnišče

UREDNIŠKI ODBOR:

Glavni urednik: Blanka Mesarič

Odgovorni urednik: Primož Seršen

Glasilo Pravica izhaja periodično dvakrat na leto.

Ta številka je izšla v 1000 izvodih.

Besedila za objavo v Glasilu Pravica pošljite na e-naslov zavodpravica@outlook.com v Wordovem dokumentu. Fotografije sprejemamo prav tako po e-pošti v formatu jpg, in sicer v nezmanjšani resoluciji. Avtorji s tem, ko pošljejo fotografije in druge prispevke v Uredništvo, soglašajo z obdelavo prispevkov in objavo v Glasilu Pravica ter na spletni strani izdajatelja.

UREDNIŠTVO GLASILA PRAVICE

Mlinska ulica 31, 9224 Turnišče

e-naslov: zavodpravica@outlook.com

Tel.: +386 70 431-111

Glasilo Pravice na spletu: <https://zavod-pravica-so-p.business.site>



KAZALO VSEBINE GLASILA PRAVICE:

Kdo smo mi?	4 - 5
Nekaj besed o Zavodu Pravica so. p.	6 - 7
Kaj je osebna asistenca?	8 - 9
Nekaj besed o družjenjih uporabnikov osebne asistence	10 - 11
Druženja v Turnišču	12 - 13
Druženja v Celju	14 - 15
Naša uporabnica Brina se predstavi	16 - 17
Počitniška razmišljanja: Mitja L.	18 - 19
Moja zgodba: Blanka Š.	20 - 23
Podarite 1% dohodnine	24-25
Recept - Fini Keksi: Dragica in Kaja B.	26
Pobarvanka	27
Skrbimo za zdravje naših zaposlenih: Uroš R.	28 - 29
Usposabljanja osebnih asistentov	30 - 31
Pismo Božičku: Mojca K.	32 - 33
Nagradna Križanka	34 - 35
Uganka - poiščite besede	36 - 37
Obiščite nas v katerikoli izmed naših poslovalnic!	38 - 39



KDO SMO MI?



ZAVOD PRAVICA SO. P.



Na sliki so sodelavci Zavoda Pravica so. p. (od leve proti desni):

Marija R., Andreja F., Blanka M., Martina Ž. H., Tanja K.,



Zavod Pravica so. p. je zavod za izvajanje osebne asistencije in drugih socialnih storitev, ki s pomočjo 252 zaposlenih osebnih asistentov izvaja osebno asistenco pri 126 uporabnikih osebne asistencije na območju celotne Slovenije.



Martina K., Mateja N., Tamara R., Avguštin M., Uroš R., Petra F., Primož S., Klementina K.

NEKAJ BESED O ZAVODU PRAVICA so. p.

Zavod Pravica so. p. je neposredno povezan z življenjem ustanovitelja Avgušтина Maučeca in njegove žene Irene. Po prometni nesreči, ki sta jo imela leta 1993, je Irena preživela 2 leti in 8 mesecev na intenzivni negi v bolnišnici. Na kliničnem oddelku za pljučne bolezni in alergijo na Golniku, so Avgušтина usposobili za delo z Ireno in jo 8. februarja 1996 uvedli v zdravljenje z umetno ventilacijo na domu z vsemi potrebnimi aparati.



Na sliki so: Irena Maučec, Avguštin Maučec in Marija Rošić



Več kot 10 let je Avguštin sam doma skrbel za Ireno. Potrebovala je prisotnost in pomoč druge osebe 24 ur na dan, saj bi bilo lahko drugače njeno življenje ogroženo. V kolikor je moral Avguštin v trgovino ali po kakšnih drugih opravkih, sta pri skrbi zanjo pomagali tudi obe mami. Leta 2006 je dobil prvo zaposleno drugo osebo s posredovanjem društva iz Ljubljane, ki mu je pomagala pri delu z Ireno. Komaj takrat je lahko šel od doma za nekaj ur, vedoč da je Irena v dobrih rokah. Leta 2007 se je vpisal na Pravno fakulteto, ki jo je uspešno zaključil leta 2012. Vse to brez osebne asistencije ne bi bilo mogoče.

Ob sprejemu Zakona o osebni asistenci, sta Avguštin Maučec in Irenina osebna asistentka Marija Rošić skupaj ustanovila Zavod Pravica so. p.. Irena je bila prva uporabnica Zavoda Pravica so. p., njene osebne asistentke pa prve zaposlene.

Zavod je bil zasnovan na takšen način, da bi lahko tudi drugim osebam, ki imajo odločbo o pravici do osebne asistencije, pomagali na podoben način kot Ireni.



KAJ JE OSEBNA ASISTENCA?

Osebna asistenca je socialna storitev, ki osebam z dolgotrajnimi telesnimi, duševnimi, intelektualnimi ali senzoričnimi okvarami, ki jih v povezavi z različnimi ovirami v okolju in ovirami zaradi stališč v družbi lahko omejujejo, da bi enako kot drugi polno sodelovali v družbi, omogoča lažje premagovanje ovir.

KDO JE UPRAVIČEN DO OSEBNE ASISTENCE?

Do osebne asistence je upravičena oseba, ki ne glede na njegov oziroma njen dohodek in premoženjsko stanje izpolnjujejo naslednje pogoje:

- zaradi invalidnosti potrebuje pomoč pri opravljanju aktivnosti, vezanih na samostojno osebno in družinsko življenje, vključevanje v okolje, izobraževanje in zaposlitev;
- je državljan Republike Slovenije s stalnim bivališčem v RS ali tujec, ki ima stalno prebivališče v Republiki Sloveniji;
- je stara od 18 do 65 let (razen osebe, ki so kot vlagatelj pridobili pravico do osebne asistence pred dopolnjenim 65. letom starosti. Slednji so lahko upravičeni do osebne asistence tudi potem, ko so dopolnili to starost);
- živijo ali bi želeli živeti v samostojnem ali skupnem gospodinjstvu zunaj celodnevne institucionalne oskrbe
- potrebujejo pomoč najmanj v obsegu 30 ur tedensko

STORITVE OSEBNE ASISTENCE SO:

- ⇒ storitve, namenjene osebni pomoči uporabnika
- ⇒ storitve, namenjene pomoči v gospodinjstvu in drugih dnevnih opravilih
- ⇒ spremstvo
- ⇒ pomoč na delovnem mestu in v izobraževalnem procesu
- ⇒ pomoč pri komunikaciji

ALI STE UPRAVIČENI DO OSEBNE ASISTENCE?

Vlogo za pridobitev pravice do osebne asistencе vlagatelj ali njegov zakoniti zastopnik vloži na krajevno pristojnem Centru za socialno delo.

Vlogo lahko dobite:

1. Na Centru za socialno delo ali
2. Na spletni strani:

<https://www.gov.si/zbirke/storitve/vloga-za-uvcljavljanje-pravice-do-osebne-asistencе/>

3. Pri nas, v naših poslovalnicah
Zavoda Pravaica so. p.



V primeru kakršnih koli vprašanj, smo vam na voljo.

NEKAJ BESED O DRUŽENJIH UPORABNIKOV OSEBNE ASISTENCE



TUDI MI SRBIMO ZA AKTIVNO VKLJUČEVANJE NAŠIH UPORABNIKOV V DRUŽBO

Do sedaj smo organizirali in uspešno izvedli že veliko druženj uporabnikov osebne asistencе. Druženja so večinoma potekala na sedežu Zavoda Pravica so. p. v Turnišču, zaradi velikega zanimanja naših uporabnikov iz tega področja, pa smo druženja začeli organizirati tudi v naši poslovalnici v Celju.



Druženja, potekajo v prostorih naših poslovalnic in ob pomoči osebja. So prostovoljna, namenjena zlasti spoznavanju uporabnikov osebne asistencе ter njihovih osebnih asistentov, kakor tudi ozaveščanju o aktivnem vključevanju uporabnikov osebne asistencе v družbo ter krepitvi obstoječih, dobrih medsebojnih odnosov med vsemi deležniki osebne asistencе.

Na druženjih se uporabniki osebne asistencе s pomočjo svojih osebnih asistentov igrajo različne družabne igre, ustvarjajo raznorazna umetniška dela, se pogovarjajo, poslušajo glasbo in ob kaki priložnosti kaj zapojejo in zapelejo.

DRUŽENJA V TURNIŠČU:





DRUŽENJA V CELJU:

Zaradi velikega zanimanja organiziramo druženja naših uporabnikov tudi v naši poslovalnici v Celju. Druženja se udeležujejo uporabniki ob spremstvu svojih osebnih asistentov in svojcev, od blizu in daleč.

Na druženjih smo se igrali različne družabne igre, med drugim: Človek ne jezi se, karte Spomin, karte - Uno, šah in sestavljali zappestnice ter ustvarjali različna umetniška dela. Druženja potekajo v sproščenem vzdušju.

Najpomembneje pa je, da so se tako na druženjih v Celju kakor tudi druženjih v Turnišču, med vsemi udeleženci stkala nepozabna in nerazdružljiva prijateljstva ter da uporabniki skupaj z njihovimi osebni asistenti svoj čas aktivno preživijo v družbi in se lepo imajo.





Naša uporabnica Brina se predstavi in opiše potek dneva s svojo osebno asistentko



Sem Brina in februarja bom stara 19 let. Sem avtistka in zato imam svojo osebno asistentko. Z njo se doma učim kuhanja in pospravljanja ter drugih gospodinjskih opravil. Vsak dan sva tudi telesno aktivni v naravi. Skupaj greva na 6 km dolg sprehod ali na 15 kilometrov dolgo pot kolesarjenja. 3x tedensko me pelje v srednjo šolo v

Ljubljano.

Obisk srednje šole trikrat na teden je pomemben del v mojem izobraževanju in socialnem razvoju, saj sem takrat s svojimi vrstniki.

Na poti v Ljubljano večinoma spim, saj moram zelo zgodaj vstati. Ko končam pouk greva včasih po nakupih ali na kosilo v gostilno. To mi je zelo všeč. A asistentka ne popusti prav velikokrat, zato se dostikrat po pouku samo odpeljeva domov in se po poti pogovarjava ter skuha kosilo doma. Z njo se tudi učim za šolo. Skupaj napiševa dnevnik za vsak dan sprti in recepte za hrano, ki sva jo skuhali. Včasih gledava Slovenija ima talent. Z njo zelo uživam. Ko odide domov barvam ali berem knjigo. Sprehodi in kolesarjenje z mojo asistentko niso samo odličen način za telesno aktivnost, ampak tudi priložnost za sproščeno druženje, raziskovanje narave in sprostitev. Takrat se tudi pogovarjava ali poslušava zvoke narave. Te dejavnosti prispevajo k mojemu telesnemu in duševnemu zdravju.

Brina zelo rada ustvarja



Brina in njena osebna asistentka Marta

Barvanje je nekaj, kar mi omogoča razvijanje mojih umetniških spretnosti in kjer krepim vztrajnost, saj moja asistentka pravi, da najprej pobarvam eno barvanko do konca in šele nato začnem z naslednjo. To je čas, ko se sprostim in se umaknem od drugih.

S pomočjo svoje asistentke se učim življenjsko zelo pomembnih veščin, kot so kuhanje, sprotno pospravljanje in šolsko delo. Učenje teh veščin je velikega pomena za mojo, vsaj delno, samostojnost, ki mi bo omogočala, da se bom vedno lažje vključevala v življenje z drugimi ljudmi v skupnosti.

Želim si, da bi ta opis mojega načina življenja pokazal na moje pozitivno in podporno okolje, ki mi omogoča razvoj in rast, kljub avtizmu. Moj primer naj vam pove, kako individualna prilagajanja in podpora lahko pomagata posameznikom z avtizmom dosegati svoj čim večji potencial. Naj bo moja zgodba navdih in opomnik vsem, kako pomembno je ustvariti okolje, ki omogoča posameznikom z avtizmom razvoj potencialov. S prilagodljivostjo, potrpežljivostjo in podporo lahko dosežemo velike stvari in se vključimo v širše skupnosti.

POČITNIŠKA RAZMIŠLJANJA

Po obali skáčemo, vesele pesmi pojemo.

Mi družčina vesela smo, kj v Poreču se kopamo.

Po obali skáčemo in školjke veselo nabiramo.

Eno kuno pa en pir, da tvoja duša najde mir.

Na morskj obali smo mi vsi, sonce pripeka na vse strani.

Oblaček se sveti na sredi morja, ladje pa plujejo sem ter tja.

Zvečer pa se zvezde vse prižgo, mi pa zasanjano gledamo v nebo.

Zvezde svetlo žarijo nam, ko iščemo vsak svoj varni pristan.

Potem pa želimo za mirno noč, da zvezde nam bodo vedno v pomoč.



*Pesem je napisal naš
uporabnik osebne asistenc:*

Mitja L.

*Risbo pa je narisala naša
uporabnica Laura F.
s pomočjo mame in
asistentke Cecilije F.*



*Prispevek sta naredili:
uporabnica **Dorothea R.**
skupaj s svojo asistentko **Edito U.***

MOJA ZGODBA: Blanka Š.



Sem Blanka. Stara sem štirinintrideset let. Prihajam iz Odranec in sem slepa od rojstva. Svoje slepote nikoli nisem dojemala kot nekaj tragičnega, saj nisem nikdar poznala ničesar drugega. Nikoli nisem preklinjala usode, zakaj me je naredila takšno, saj imam svoje življenje rada. Me pa zato zdaj, ko sem odrasla, vedno bolj moti, da bi me še vedno vsak rad vzgajal, mi dopovedoval, kako je prav in kako ni prav, da razmišljam. Priznam, da fizično res potrebujem še veliko pomoči, kar pa še ne pomeni, da ne znam z lastnimi

možgani dojemati sveta okrog sebe. Ponosna sem na svojo načitanost in razgledanost. Preko strani Zveze društev slepih in slabovidnih Slovenije si kopiram na svoj računalnik čisto vsako knjigo, ki jo dodajo in si tako na računalniku ustvarjam svojo osebno knjižnico, v kateri imam knjige o vsem mogočem, od pravljič do poljudnoznanstvene literature. Res pa je tudi, da gredo ljudje v svoji pripravljenosti pomagati marsikdaj predaleč, in se ne znajo ustaviti.

Vrtec sem obiskovala v domačem kraju, v Odrancih. Potem pa je prišel čas, da začnem obiskovati osnovno šolo. Zame in za mojo družino so se začeli težki časi. Takrat integracija otrok s posebnimi potrebami v običajne šole še ni bila uzakonjena. Obvezno sem se morala vključiti v Zavod za slepo in slabovidno mladino v Ljubljani, sedanji Center Iris. Starša sta me tja vozila ob ponedeljkih, ob petkih pa sta prihajala pome. Če se zdaj ozrem nazaj na tisti čas, lahko še vedno rečem, da me prevevajo mešani občutki. Po eni strani je bilo to obdobje zelo travmatično, saj sem morala s šestimi leti zapustiti vse poznano in ves teden



preživljati z neznanci. Prvi večer, ko sem ostala sama, sem od šoka prosila dudo, pa čeprav sem bila doma že dolgo brez nje. S sošolci se nikoli nisem prav posebej zblížala. Verjetno sem se preveč hvalila, kako mi je čez vikend doma lepo, pa tudi spretna sem bila manj od večine. Po drugi strani pa lahko mirno trdim, da mi je šolanje v Zavodu dalo veliko več dobrega, kot bi mi šolanje v običajni šoli. Predvsem sem jim hvaležna za navdušenost do slovenskega filma in kulture. Pa tudi za to, da sem se naučila, da se ne smem smiliti sama sebi, in da se znam na račun svoje drugačnosti celo sproščeno šaliti. Pouk v zavodu je potekal v manjših skupinah, da se je učitelj lahko bolj posvetil posameznemu učencu. V enem razredu je bilo lahko največ šest učencev. Vsako sredo so nas vodili v mesto, učence starejših razredov pa tudi v gledališče. Televizijo sem imela pa sploh od nekdaj rada in jo imam še zdaj. Zanima me vse, kar je v zvezi s slovenskim filmom in delom slovenskih igralcev. Včasih mi je že kdo rekel, da je zanimivo češ, slepa pa ji je najbolj poleg knjig vseč televizija, in ne radio. Jaz pa jim odgovorim, da verjetno je pestrost in živahnost zvočnih efektov tisto, kar me pritegne, česar pa pri radiu ne najdeš toliko. Uživati sem znala celo pri gledanju risank s podnapisi. Poslušala sem zvok, si izmišljala zgodbo in si v glavi prevajala govorjeno.

Ko sem se končno pririnila do konca osnovne šole, je prišel čas, da se odločim, kam naprej. Vpisala sem se na ekonomsko šolo v Murski Soboti. Bila sem vsa vznemirjena, da bom končno lahko prišla po šoli vsak dan domov in prespala vsako noč v domači postelji. Mama me je vsak dan vozila v šolo in iz nje. Mobilni tiflopedagog, ki so mi ga dodelili, je sprva sicer pričakoval, da bom zmogla sama z avtobusom, vendar pa se z mamom s tem nisva strinjali, saj se nisem čutila dovolj samozavestno. Je bil pa le prevelik zalogaj čutiti vznemirjenost in določeno mero pozitivnega stresa ob zavedanju, da sem enkrat za vselej doma. Prvi letnik srednje šole imam v spominu še zdaj kot nekakšno posebej čarobno obdobje življenja. Prve dni sem bila tako zadržana, da niti sošolcev nisem upala poklicati po imenu. Mehur pa mi je do konca pouka skoraj razneslo, ker nisem upala vprašati za wc.



Vendar se je to hitro uredilo, ko smo se malce bolj spoznali. Z učitelji in sošolci sem bila načeloma zadovoljna. Saj se je našla kakšna izjema, ki je vedno kaj nergala, kadar mi je bilo treba pomagati in pokazati razumevanje zame, ampak to je pač zmeraj tako v življenju. Po dogovoru so bili za pomoč meni zadolženi dežurni učenci, seveda pa sem bila sama še najbolj vesela, če se je kdo javil prostovoljno ali kasneje iz prijateljskih nagibov. Pri pouku sem najprej uporabljala brajev pisalni stroj, kasneje pa prenosni računalnik s prilagojeno opremo. Moj razred je imel zaradi mene privilegij, saj so profesorji v našem razredu pomembne stvari glasno narekovali; poleg tega pa sem imela pisanju testov podaljšan čas. Po končani srednji šoli sem se odločila za študij ekonomije na isti šoli. Zanimal me je tudi študij slovenščine, vendar je bila zadeva logistično nekoliko težje izvedljiva. Poleg tega pa nisem bila dovolj samozavestna, da bi šla kar tako spet v tuje okolje. Študij ekonomije ni bil enostaven, potrebno je bilo vložiti ogromno energije; od stresa so mi začeli izpadati lasje. Dobra stran pa je bila, da smo se na šoli uspeli dogovoriti za pomočnika in tako je brat cele ure presedel z mano. Pa sem nekako zvozila do konca, čeprav je res, da sem marsikdaj izgubljala živce. Danes sem slep ekonomist. Sem vsaj unikat, ker mislim, da tega ne najdeš zlahka. Trenutno se največ ukvarjam s stvarmi, ki me veselijo. To so branje, pes in spremljanje slovenske filmske scene. Pravzaprav imam srečo, da me toliko stvari zanima, saj se nikoli ne dolgočasim. Kljub temu, da z redno zaposlitvijo nič kaj dobro ne kaže. Mami celo včasih pravim, da četudi bi še dobila službo, ne bom imela časa hoditi tja. Včasih pa komu, ki me vpraša, če trenutno kje delam odgovorim, da sem na dopustu za nedoločen čas. Preko rehabilitacijskega inštituta Soča sem dve leti opravljala zaposlitveno rehabilitacijo. To pa je tudi vse. No, pa kot sem že omenila. Kakor se počutim zdaj, mi je v redu. Morda me bo kdo imel za leno; jaz pa mislim, da je edino prav, da se znajdem, da ne jamram in ne preklinjam usode.





PODATKI O DAVČNEM ZAVEZANCU:

_____ (ime in priimek)	_____ (davčna številka)
_____ (podatki o bivališču: naselje, ulica, hišna številka)	_____ (elektronski naslov)
_____ (poštna številka, ime pošte)	_____ (telefonska številka)

ZAHTEVA za namenitev dela dohodnine za donacije

upravičencu:

Ime oziroma naziv upravičenca	Davčna številka upravičenca								Odstotek (%)
Pravica-zavod za izvajanje osebne asistencije in drugih socialnih storitev Turinšče so. p.	1	3	4	9	5	7	8	0	1,0

šolskemu skladu oziroma skladu vrtca:

Ime oziroma naziv šolskega sklada ali sklada vrtca	Davčna številka šolskega sklada								Odstotek (%)

V/Na _____, dne _____

_____ podpis zavezanca/ke

PODARITE 1% DOHODNINE

Gotovo veste, da lahko vsak rezident Republike Slovenije do 1% svoje dohodnine nameni za podporo nepridobitnim dobrodelnim organizacijam. Če se za donacijo ne odloči, se njegova dohodnina vrne v Proračun Republike Slovenije.

Svojo dohodnino lahko namenite tudi **Zavodu Pravica so. p.**

Vas to ne stane nič, nam pa pomeni veliko.

Zahtevo za namenitev dela dohodnine lahko dobite v kateri koli od naših poslovalnic po Sloveniji, lahko Vam jo pošljemo tudi po navadni ali elektronski pošti.

Podpisan obrazec velja do preklica in ga ni potrebno oddajati vsako leto.

Vlogo za namenitev dela dohodnine lahko oddate tudi preko spletne strani **E-davki**.

Po prijavi na spletno stran, poiščete na desni strani zavihek »**Namenitev dela dohodnine**« in vpišete našo davčno številko **13495780**. Spodaj je potrebno klikniti še gumb »**Oddaj vlogo**«.

Hvala.

FINI KEKSI

Potrebuemo:

- ♦ 700g mehke moke
- ♦ 300g ostre moke
- ♦ 300g sladkorja v prahu
- ♦ 500g margarine ali masla
- ♦ 4 jajca
- ♦ 1 pecilni prašek
- ♦ 2 vanilijeva sladkorja
- ♦ malo naribane limonine lupinice

Postopek:

Vse sestavine zamesimo v gladko testo. Nato testo razvaljamo in potem izrezujemo z različnimi modelčki. Piškote zložimo v pekač, pečemo pa v ogreti pečici na 180° C. Pečemo jih približno od 8 do 10 minut.



Končni izdelek - piškoti



Kaja pri izdelovanju piškotov

Recept za Fine kekse sta nam priskrbeli uporabnica osebne asistencе Kaja B. in njena mama Dragica B., ki je prav tako tudi njena osebna asistentka. Kot pravita, je recept odličen za pripravo božičnih piškotov. Že pečene kekse lahko poljubno okrasimo. Kajini piškoti so obliti s čokolado, po čokoladi pa sta potrosili malo kokosove moke.

**IGRAJTE SE TUDI VI Z NAMI IN POBARVAJTE
POBARVANKO**





SKRIBIMO ZA ZDRAVJE NAŠIH ZAPOSLENIH

Promocijo zdravja na delovnem mestu opredeljujemo kot skupna prizadevanja delodajalcev, delavcev in družbe za izboljšanje zdravja in dobrega počutja na delovnem mestu. Ko govorimo o zdravju s tem ne mislimo le na telesno, temveč prav tako pomembno duhovno in duševno zdravje.

Izhajajoč iz hindujskega pregovora, ki pravi da je ***veriga močna toliko, kot je močan njen najšibkejši člen***, lahko z veliko mero gotovosti zatrdimo, da je vsakršno prizadevanje vloženo v izboljšanje zdravja slehernega posameznika najboljša naložba za občo dobrobit celotne družbe.

Zakaj je zdravje pomembno?

»Zdravje ni vse, vendar je brez zdravja vse drugo nič«
(Schopenhauer, 1788-1860, nemški filozof).

Štiri petine prebivalcev Evrope meni, da je dobro zdravje bistvenega pomena za kakovost življenja. Marsikatero kronično bolezen, npr. bolezni srca, sladkorno bolezen tipa 2 in raka, je mogoče v glavnem preprečiti z zdravim življenjskim slogom, to je z **izboljšanjem prehranjevalnih navad** (več uravnoveženih obrokov, polnovredna izbira živil, itd.), **večjo telesno aktivnostjo** (po priporočilih Svetovne zdravstvene organizacije za ohranjanje zdravja pri odraslih zadošča izvajanje vsaj 150 minut zmerno intenzivne telesne dejavnosti na teden ali 75 minut visoko intenzivne telesne dejavnosti na teden) **in opustitvijo kajenja**.

V **Zavodu Pravica so. p.** si za izvajanje promocije zdravja prizadevamo na sledeče načine in sicer, tako da :

- spodbujamo aktiven življenjski slog (občasna skupna druženja z izvajanjem aktivnosti – team building)
- si prizadevamo za psiho – socialno opolnomočenje zaposlenih (redno udeleževanje na supervizijah, krepitev medsebojnih odnosov);
- redno organiziramo srečanje uporabnikov osebne asistence, osebnih asistentov in njihovih svojcev (neobvezno);
- upoštevamo napotke, ki jih dobimo pri predhodnih in obdobjnih zdravstvenih pregledih;
- pisarniški prostori so opremljeni v skladu z ergonomskimi načeli;
- spodbujamo k uživanju zdrave prehrane in pitju zadostne količine vode

Ker se zavedamo, da za naše zdravje vedno lahko naredimo še več, bomo za krepitev slednjega uvajali nove aktivnosti in si še naprej prizadevali, da bi delovno mesto ostalo prijazno okolje tako za zaposlene kot tudi za naše uporabnike.



Prispevek pripravil:

Uroš R.



USPOSABLJANJA OSEBNIH ASISTENTOV

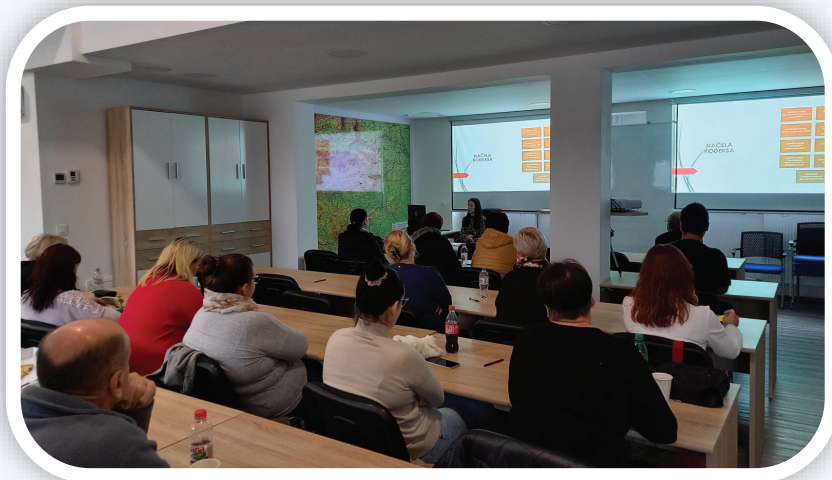
Na podlagi 18. in 19. člena Zakona o osebni asistenci (ZOA) je usposabljanje za osebne asistence in uporabnike obvezno. Usposabljanja organiziramo v vseh naših poslovalnicah. Na njem se osebni asistenti in uporabniki ter njihovi zakoniti zastopniki seznanijo z zakonodajo s področja invalidskega varstva, z varstvom pri delu, kodeksom etičnih načel, varovanjem osebnih podatkov, delovno zakonodajo in drugih področij, ki so pomembni tako iz vidika pravic in obveznosti osebnih asistentov kakor tudi uporabnikov osebna asistence.

Ključno je, da je osebni asistent popolnoma usposobljen za izvajanje in nudenje pomoči. Pri izvajanju osebne asistence je nadvse pomembno, da si asistent in uporabnik zaupata, da vzpostavita vzajemen medsebojni odnos, ki temelji na spoštovanju in dobri komunikaciji.

Usposabljanje traja 6 ur, osebni asistent se ga mora udeležiti enkrat letno. Po končanem usposabljanju udeleženci dobijo tudi potrdilo o uspešno opravljenem usposabljanju.



*Uporabniki in njihovi osebni asistenti na usposabljanju v Mariboru (sliki zgoraj)
in v Turnišču (slika spodaj).*





Dragi Božiček
To leto pušča več
spominov, ki so me
marsičesa naučili.
Želim si več uspešno
doseženih cifer pozitivne
naravnosti in več
trenutkov sreče s svojimi
najdražjimi. Želim si
tudi, da bi zavladal
mir v svetu.

M.



Prispevek nam je poslala naša uporabnica
osebne asistence: **Mojca K.**



Zgornji risbi je narisala naša uporabnica: **Mojca K.**



Risbo je narisala naša uporabnica osebne asistence:

Nataša K.

NAGRADNA KRIŽANKA:

1

2

3

4

5

6

7






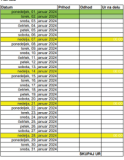






8

9

10

11

12

BESEDE VODORAVNO:

1. Osebni asistenti ga rabijo za razkuževanje svojih rok
2. Zgornji del oblačila
3. Osebni asistenti jih uporabljajo na rokah, ob opravljanju nege, pri njihovem uporabniku osebne asistencence
4. Manjši pripomoček, ki ga najpogosteje uporabljamo za ključke
5. Pripomoček za določanje časovnih točk v letu.
6. Pripomoček za pisanje/risanje
7. Plan dela ali _____? ki ga pripravita uporabnik in njegov osebni asistent.
8. Pripomoček, ki ga vsakodnevno rabimo pri svoji osebni higieni
9. Čestitka ali _____?
10. Pripomoček, ki ga rabimo kadar dežuje
11. Zvezda brez katere ni življenja na planetu Zemlja
12. Pisemska ovojnica ali _____?

REŠITEV KRIŽANKE DOBITE V RJAVA OBARVANEM POLJU (NAVPIČNO) KADAR PRAVILNO IZPOLNITE CELOTNO KRIŽANKO!

Pogoji za sodelovanje v nagradni igri

v kolikor želite sodelovati v nagradni igri, vas prosimo, da sliko rešene križanke pošljete na elektronski naslov:
zavodpravica@outlook.com ali

*križanko fizično izrežete in pošljete po navadni pošti na sedež Zavoda Pravica, to je: **Mlinska ulica 31, 9224 Turnišče, najkasneje do petka, 1.3.2024***

Izmed vseh prejetih pravilno rešenih križank, bomo izžrebali nekoga, ki bo prejel praktično nagrado!

UGANKA - POIŠČITE BESEDE:

Na drugi strani (glej stran 19 tega glasila) zapisane pojme poiščite v dani tabeli v smereh vodoravno - navpično - diagonalno in jih prečrtajte. Preostale neprečrtane črke, brane od zgoraj navzdol, od leve proti desni, vam bodo dale končno geslo in s tem rešitev uganke.

Geslo: _____

M	E	S	P	R	E	H	O	D	I	R
M	E	J	B	O	K	A	V	A	O	E
U	R	N	I	K	Č	U	L	P	L	J
J	L	E	T	A	J	I	R	P	I	N
R	O	V	O	G	O	P	T	L	S	A
R	K	U	Ž	A	I	K	O	E	O	V
O	V	M	O	N	E	G	A	S	K	E
T	A	L	A	Č	O	A	R	I	L	M
K	J	R	I	S	M	E	H	A	E	U
O	A	Z	G	O	D	B	A	Č	P	Z
D	O	L	I	V	A	R	D	Z	E	A
V	E	S	E	L	J	E	Z	A	T	R

POIŠČI BESEDE IN POJME ZAPISANE SPODAJ

DIR	POČITEK
DOKTOR	POGOVOR
IGRA	PRIJATELJ
JEZA	RAZUMEVANJE
KAVA	SEM
KLEPET	SIR
KOSILO	SMEH
KUŽA	SPREHOD
LIRA	URNIK
LUČ	VAJA
NEGA	VESELJE
OBJEM	VOZIČEK
OČALA	ZDRAVILO
PLES	ZGODBA



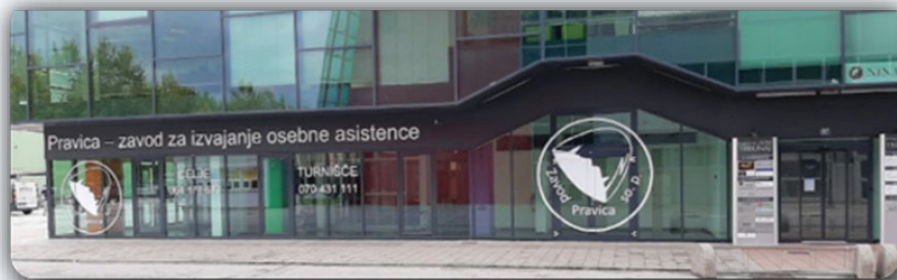
OBIŠČITE NAS V KATERIKOLI IZMED NAŠIH POSLOVALNIC!



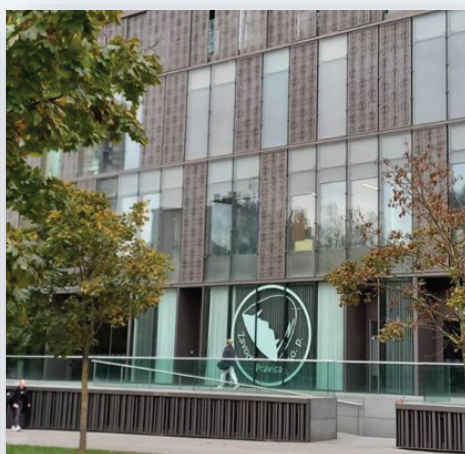
Poslovalnica v Turnišču: Mlinska ulica 31, 9224 Turnišče



Poslovalnica v Maribor: Koroška cesta 74, 2000 Maribor



Poslovalnica v Celju: Opekarniška cesta 15b, 3000 Celje



Poslovalnica v Ljubljani (slika levo): Vilharjeva cesta 36a, 1000 Ljubljana



Poslovalnica v Luciji (slika desno): Liminjanska cesta 117, 6320 Portorož



Zavod Pravica so. p.

Telefon: +386 70 431 111

E-pošta: zavodpravica@outlook.com

Davčna številka: 13495780

Matična številka: 8304351000

POSLOVALNICE:

Turnišče: Mlinska ulica 31, 9224 Turnišče

Maribor: Koroška cesta 74, 2000 Maribor

Celje: Opekarniška cesta 15b, 3000 Celje

Ljubljana: Vilharjeva cesta 36a, 1000 Ljubljana

Lucija: Liminjanska cesta 117, 6320 Portorož



Obiščite tudi našo spletno stran: <https://zavod-pravica-so-p.business.site>

Generalni direktor:

Avguštin Maučec

Izvršna direktorica:

Marija Rošić

Strokovna vodja:

Tanja Kelenc

Glavna urednica glasila:

Blanka Mesarič

Odgovorni urednik glasila:

Primož Seršen

Tisk:

Tiskarna Tilia print, Beltinci

Naklada:

1000 izvodov

ISSN številka:

C508-8356