

VILTIS

LIETUVOS SUTRIKUSIO INTELEKTO ŽMONIŲ GLOBOS BENDRIJOS „VILTIS“ KETVIRTINIS ŽURNALAS

ISSN 1392-3617 | 25/1

KAŲ TURĖTUME ŽINOTI APIE LYTIŠKUMĄ – 4–5 p.

LAIKAS KEISTI PLOKŠTELĘ, VADOVAUJANTIS
NEGALIAI JAUTRIOS KALBOS GAIRĖMIS – 10–11 p.

KAIP MES SUDARINĖJAME LENGVAI
SUPRANTAMOS KALBOS ŽODYNĄ – 11–13 p.

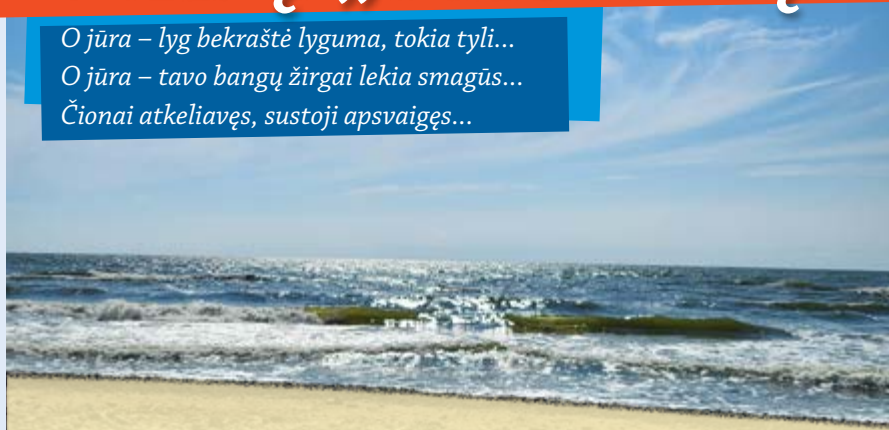


DŽIAUKIMĖS „VILTYJE“

VIENI KITAI!

VĖL Į „PASAKĄ“!

O jūra – lyg bekrastė lyguma, tokia tyli...
O jūra – tavo bangų žirgai lekia smagūs...
Čionai atkeliavęs, sustoji apsvaigęs...



Šią vasarą, liepos 20–30 dienomis, „Vilties“ bendrija jau 36 kartą kviečia susitelkti, pajusti vienijančią bendrystės galią, džiaugtis ir dalytis laimėjimais savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo stovykloje pajūryje, viltiečių pamėgtoje ir atnaujintoje stovyklavietėje „Pasaka“ Giruliuose. Konkrečią informaciją apie apgyvendinimo ir maitinimo kainas, taip pat apie dokumentus, kuriuos būtina pateikti norint vykti į stovyklą, rasite balandžiui prasidėjus „Vilties“ bendrijos tinklalapyje www.viltis.lt



AČIŪ UŽ NUOSTABIĄ KALĖDINĘ DOVANĄ!



Kas sakė, kad stebuklų nebūna?

„Vilties“ grupinio gyvenimo namų gyventojai įsitikino, kad stebuklų būna.

Jie gavo nuostabią kalėdinę dovaną – autobusiuką!

Autobusiuką padovanojo organizacijos

Rotary Interact ir

Rotary Vilnius LITUA.

Prie lėšų rinkimo prisidėjo jaunuoliai,

kurie lankėsi grupinio gyvenimo namuose.

Jie sužinojo apie gyventojų svajones.

Aplankyti Kauno zoologijos sodą, nuvykti prie jūros,

į Trakus, net į Paryžių.

Svajonių išsipildymui trūko tik autobusiuko.

Dabar autobusiukas jau yra.

„Vilties“ grupinio gyvenimo namų gyventojai sako:

Ačiū, ačiū, ačiū!!!

2025 m. I ketvirtį
„Vilties“ bendriją remia

Lietuvos Respublikos Vyriausybė
Socialinės apsaugos ir darbo
ministerija

Asmens su negalia teisių
apsaugos agentūra prie
Socialinės apsaugos ir darbo
ministerijos

Trakų rajono savivaldybės
administracija

Lentvario seniūnija

UAB „Siulvedė“

Artūras Svetlovas

Geros valios žmonės ir savanoriai

Pirmame viršelyje

Džiaukimės „Viltyje“ vieni kitais!

Žurnalą leidžia

Žurnalas „Viltis“ leidžiamas Nacionalinės žmonių su negalia socialinės integracijos programos lėšomis. Žurnalas „Viltis“ pasirodo 4 kartus per metus. Pradėta leisti 1997 m. rugsėjo mėn.

Numerį rengė

J. Butkuvienė, J. Žeimantienė

Adresas

Kareivių g. 2C-1, LT-08221 Vilnius

Tel. (8~5) 261 52 23,

faks. (8~5) 261 08 20

El. paštas janinabut@viltis.lt; viltis@viltis.lt

Interneto puslapis www.viltis.lt

Leidėjas

Lietuvos sutrikusio intelekto žmonių globos bendrija „Viltis“

Spaudai rengė

UAB „Overprintas“. Tiražas 850 egz.

Žurnale spausdinamų straipsnių ir laiškų autoriai išsako savo nuomonę. Rankraščiai, nuotraukos, piešiniai nesaugomi ir negrąžinami.

METAIS

BĖGA,

DARBŲ NEMAŽĖJA...



Štai ir įsibėgėja 36-ieji „Vilties“ bendrijos metai. O taip, bendrijos prasmingai veiklai tai labai ilgas laikotarpis, susijęs su daugybe lūkesčių ir jų padiktuotų pokyčių. Atsispirdami nuo to, kas jau pasiekta, stengiamės suteikti žmonėms su negalia kuo daugiau galimybių žengti koja kojon su laiku.

Užaugo vaikai, kurie anuomet buvo mokyklinio amžiaus, bet ne visi turėjo galimybę mokytis, lankyti būrelius. Buvo kitas laikmetis, trūko paslaugų, vyravo kitoks požiūris į mūsų bendruomenės problemas. Bet buvo STOVYKLA!!! Ji vyks ir šiais metais! Smagu, kad galime pasidalyti šia džiugia žinia.

Kalbant apie kitas veiklas, ir toliau vyksta diskusijos su įvairiomis savivaldybėmis dėl paslaugų prieinamumo žmonėms su intelekto sutrikimu ir kompleksine negalia, įtraukaus švietimo

galimybių, konsultacijos su ministerijų vadovais ir darbuotojais mūsų bendruomenei svarbiais klausimais. Galiu pasidžiaugti, kad naujoji Lietuvos Respublikos Vyriausybė pakvietė nevyriausybinę skėtinių organizacijų, atstovaujančių žmonėms su negalia, atstovus susipažinti, nuoširdžiai domisi mūsų problemomis ir mums tenkančiais iššūkiais.

Tikiuosi, kad rasime gerų bendrų sprendimų su Socialinės apsaugos ir darbo, Švietimo, mokslo ir sporto bei Sveikatos ministerijomis. Asmens su negalia Taryboje prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės kelsime mums aktualius klausimus, nes tik taip įmanomas horizontalus visų valstybės institucijų bendradarbiavimas, priimant savalaikius, pokyčius nešančius sprendimus.

Šiuo metu įtraukiojo ugdymo tema yra labai stipriai viešinama. Stengiamės daryti įtaką sprendimams, užtikrinantiems pagalbą mokytojui ir mokiniui ne tik vidurinėje mokykloje, bet ir profesiniame orientavime, ugdyme. Tam turi būti peržiūrėtos programos, pritaikytas ugdymo turinys. Besimokančiam jauniui su intelekto negalia reikia suteikti galimybę įgyti paklausią profesiją.

„Vilties“ bendrija pateikė Socialinės apsaugos ir darbo ministerijai pasiūlymus dėl Socialinės rehabilitacijos akreditacijos tęstinumo mūsų bendruomenei. Buvome išgirsti – laukiame šio teigiamo pokyčio.

Labai džiaugiuosi, kad deinstitutionalizacijos procesas įgauna pagreitį, grupinio gyvenimo namų daugėja, turime nuostabių šeimynų su prasme matančiais darbuotojų kolektyvais visoje Lietuvoje. Šiais metais „Viltis“ ir toliau aktyviai bendraus su savivaldybėmis, kurios vis dar nesiima ryžtingų žingsnių dėl bendruomeninių paslaugų plėtros. Tai tik pradžių pradžia, reikia ir toliau ieškoti kelių, kaip kiekvienoje savivaldybėje galėtume tinkamai pasirūpinti mūsų artimųjų su sunkia negalia ateitimi. Linkiu mums visiems stiprybės, atkaklumo ir sėkmės. O dar – gražaus ir šilto pavasario, sveikatos, prasmingų renginių ir užsiėmimų. Džiaukimės bundančia gamta, laukime vasaros ir, žinoma, stovyklos!

RAMUNĖ LEBEDYTĖ UNDŽĖNIENĖ
Bendrijos „Viltis“ asociacijos vadovė



METAI BĖGA, DARBŲ NEMAŽĖJA...

„Viltis“ dirba jau 36 metus.

Tai ilgas laikas.

Per tą laiką daug kas pasikeitė.

Žmonių su negalia gyvenimas pagerėjo.

Anksčiau žmonės su negalia negalėjo mokytis.

Jie negalėjo lankyti būrelių.

Jie negavo reikalingų paslaugų.

Bet jau tada buvo „Vilties“ stovykla.

Šią vasarą stovykla irgi bus.

„Vilties“ pirmininkei smagu pasidalyti šia naujiena.

Žmonės su negalia nori aktyviai gyventi.

Mokytis, būti savarankiški, bendrauti.

„Viltis“ stengiasi jiems padėti.

Todėl susitinka su valdžios žmonėmis.

Aiškina jiems, ko reikia žmonėms su negalia.

Dabar labai svarbus įtraukusis ugdymas.

Tai reiškia galimybę mokytis kiekvienam.

Ir turinčiam negalią, ir neturinčiam negalios.

„Viltis“ stengiasi padėti ir mokytojams, ir mokiniams.

Aiškina, kad kiekvienas turi mokytis pagal savo galimybes.

Kad žmonėms su negalia svarbu įsigyti gerą profesiją.

Lietuvoje daugėja grupinio gyvenimo namų.

„Vilties“ pirmininkė tuo labai džiaugiasi.

Tokiuose namuose žmonės su negalia gyvena savarankiškai.

Jiems padeda tvarkytis darbuotojai.

„Viltis“ stengiasi, kad grupinio gyvenimo namų būtų dar daugiau.

„Vilties“ pirmininkė linki visiems stiprybės ir sėkmės.

Sveikatos, smagių renginių ir užsiėmimų.

Reikia džiaugtis bundančia gamta.

Laukti vasaros ir susitikimo „Vilties“ stovykloje.

Ramunė Lebedytė Undžėnienė

Bendrijos „Viltis“ asociacijos vadovė

KĄ TURĖTUME ŽINOTI APIE LYTIŠKUMĄ

Visi žmonės yra lytinės būtybės ir turi teisę tinkamai išreikšti savo lytiškumą.

Žmonės su intelekto sutrikimais turi tokias pačias teises kaip ir visi kiti. Jie taip pat nori meilės ir artumo, šilumos ir supratimo, dirbti ir turėti draugų, būti bendruomenės dalimi ir kuo daugiau mėgautis gyvenimo pilnatve. Dažnai kalbėdami apie laimę, kaip vieną iš svar-

biausių žmogaus gyvenimo vertybių, accentuojame meilę, taigi nenuostabu, kad žmonės su negalia taip pat nori ją patirti, išgyventi susižavėjimą ir jausmų pakilimą. Todėl jiems bus pravartu susipažinti su leidiniu lengvai suprantama kalba „Ką turėtume žinoti apie lytiškumą“.



**SVARBI INFORMACIJA****Leidinių internete rasite**

<https://www.reabilitacija.lt/wp-content/uploads/LEIDINYS-KA-TURETUMEME-ZINOTI-APIE-LYTISKUMA-2022.pdf>

Daugiau leidinių

<https://www.reabilitacija.lt/leidiniai/>

Šis leidinys parengtas remiantis Švedijos nacionalinės lytinio švietimo asociacijos lengvai suprantama kalba pateikta mokomąja medžiaga apie lytiškumo ugdymą. Tai tiek politiniu, tiek religiniu požiūriu nepriklausoma ne pelno organizacija, kurios tikslas – skleisti mokslu grįstą ir atvirą požiūrį į lytiškumą, vengiant stereotipų.

Leidinio rengimą finansavo Neįgaliųjų reikalų departamentas (dabar Asmens su negalia teisių apsaugos agentūra) prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos.

Leidinio tekstą parengė VšĮ Valakupių reabilitacijos centro specialistė Goda Gudienė, o tikrino Valakampių socialinių paslaugų namų bendruomenės nariai.

„Vilties“ bendrijos informacija



KĄ TURĖTUME ŽINOTI APIE LYTIŠKUMĄ

Visi žmonės nori mylėti ir būti mylimi.
Patirti artumą, šilumą ir supratimą.
Žmonės su negalia irgi nori to paties.
Todėl jiems reikia žinių apie meilę.

Žinios apie meilę apima daug dalykų.
Tokių kaip savo kūno ir jausmų pažinimas.
Ir šie dalykai aiškinami leidinyje
„Ką turėtume žinoti apie lytiškumą“.
Leidinys parašytas lengvai suprantama kalba.

Jo tekstą parengė Vilniaus Valakupių centro darbuotoja Goda Gudienė.

Tekstą tikrino vertintojai iš šio centro.

Tekstą rasite internete.

<https://www.reabilitacija.lt/wp-content/uploads/LEIDINYS-KA-TURETUMEME-ZINOTI-APIE-LYTISKUMA-2022.pdf>

Daugiau leidinių lengvai suprantama kalba rasite

<https://www.reabilitacija.lt/leidiniai/>

PAGAMINTI TORTĄ NESUNKU! O KĄ GAMINATE JŪS?

„Vilties“ bendrijos įsteigta viešoji įstaiga „Informacijos kaupimo ir sklaidos centras“ teikia socialinės reabilitacijos paslaugas asmenims su negalia bendruomenėje. Centro lankytojams nestinga veiklų, bet ypač jie mėgsta kartu gaminti įvairius patiekalus. Tad ruošdamiesi Šv. Valentino dienai nusprendė išmėginti šventinio torto receptą. O sėkmės įkvėpti nusprendė juo pasidalyti su jumis, mieli žurnalo skaitytojai.

**Reikės:**

- Plaktuvo, gilaus indo ir padėklo tortui.
- Torto pagrindo lakštų (jų galima nusipirkti parduotuvėje).
- Mėgstamos uogienės (centro lankytojai pasirinko juodųjų serbentų).
- 500 ml. 35 procentų riebumo grietinės indelio ir 2 standiklio pakuočių (po 9 gramus).
- Maistinių dažų, jeigu norite, kad grietinė būtų spalvota.
- Cukraus pudros (šaukštų skaičius priklausys nuo to, kokio saldumo norėsite).
- Mėgstamų vaisių ar uogų (labai tinka braškės, o centro lankytojai pasirinko konservuotus ananasus).

Gaminimo eiga:

- Vieną torto lakštą dėkite ant padėklo ir aptepkite pasirinkta mėgstama uogiene.
- Tada dėkite ant uogienės kitą torto lakštą.
- Dideliame dubenyje plaktuvu plakite grietinėlę, standiklį ir cukraus pudrą. Plakite tol, kol grietinėlė sutirštės tiek, kad pavertus dubenį liktų ant dugno.
- Suplaktą grietinėlę padalykite į 3 dalis.
- 2 dalis sumaišykite su pasirinktais smulkintais vaisiais ar uogomis (dalį pasilikite tortui papuošti) ir aptepkite antrą torto lakštą.
- Dėkite ant viršaus trečią torto lakštą ir visą tortą (viršų ir šonus) aptepkite likusia grietinėle.

- Puoškite vaisiais ar uogomis (centro lankytojai suformavo iš konservuotų ananasų gabalėlių širdį).
- Paruoštą tortą galima valgyti iš karto arba kuriam laikui įdėti į šaldytuvą, kad jis sutvirtėtų ir atšaltų. O tada – skanaus! Labai įdomu, ką mėgstate gaminti JŪS? Juk smagu smagu-riauti kartu!

**VšĮ „Informacijos kaupimo ir sklaidos centras“
informacija**

Drąsiai siųskite savo mėgstamus receptus, pagamintų patiekalų nuotraukas, gaminimo eigos aprašymus ir įspūdžius, kaip sekėsi (el. p. janinabut@viltis.lt)

GRUPINIO GYVENIMO NAMAI

NAUJAS GYVENIMAS NAUJASODŽIO GATVĖJE

Deinstitucionalizacijos procesas, įkvėptas Jungtinių Tautų neįgaliųjų teisių konvencijos, remiamas Europos Sąjungos struktūrinių fondų, įsibėgėja ir Lietuvoje. Įsipareigojimas pereiti nuo diskriminacinės institucinės globos prie paslaugų ir pagalbos bendruomenėje iš siekiamybės kaskart labiau tampa tikrove, nes atveria duris vis nauji grupinio gyvenimo namai.

Pirmieji metai. Balandžio 15 d. su-eina lygiai metai, kai į grupinio gyvenimo namus, įsikūrusius Vilniuje, Naujasodžio gatvės 64 name, atsikraustė pirmieji gyventojai. Tą atmintiną dieną nerimo pakako visiems: ir respublikinės „Vilties“

bendrijos vadovei, ir jos komandai, ir naujai suburtam grupinio gyvenimo namų darbuotojų kolektyvui, ir, be abejo, patiems atvykusiems čia gyventi žmonėms.

Mūsų gyventojai. Pirmą dieną iš Pabradės Nijolės Genytės slaugos namų į

Naujasodžio gatvę atvyko penki vyrai su intelekto sutrikimu, kuriems tai buvo ne tik naujas gyvenimo etapas, bet ir tikras stresas. Juk kiekvienas paliko savo draugus ir įprastą aplinką, kad galėtų gyventi savarankiškiau, išmokti naujų dalykų, įgyti reikalingų įgūdžių ir mėgintų prapti tikrame pasaulyje, be atskirties, apsupti kaimynų ir nepažįstamų žmonių.

Netrukus prie pirmųjų gyventojų prisidėjo daugiau naujokų: ir vyrų, ir moterų. Gyventojų amžius – nuo 27 iki 55 metų, jų savarankiško gyvenimo įgūdžiai labai skirtingi, bet visi noriai stengiasi prisitaikyti, mielai imasi namų ruošos darbų ir įvairių veiklų. Vyrų lanko socialines dirbtuves, viena gyventoja (ne visada noriai) – dienos užimtumo centrą, kita visai dienai lieka namuose ir savo buvimu džiugina darbuotojus. Deja, nė vienas iš gyventojų nemoka nei skaityti, nei rašyti, bet užtat yra gebančių siūti ir piešti, mėgstančių muziką ir diskusijas politinėmis temomis.

Darbuotojai. Darbuotojų kolektyvas per pirmąjį pusmetį patyrė pokyčių. Tačiau šiandien jis jaunatviškas, kūrybingas ir draugiškas. Jauniausios individualios priežiūros darbuotojos vos perkopusios per 20 metų, vyriausia neseniai atšventė 50-etį.

Mūsų dienos. Kaip ir kiekvienuose namuose, gyventojai patys palaiko tvarką savo kambariuose, vonios bei bendro naudojimo patalpose. Daugelis jų atvyko jau turėdami šiuos įgūdžius, bet yra ir tokių, kuriems dar reikia pagalbos. Maisto gaminimas dažnai vyksta labai linksmai,



nes gyventojai noriai imasi darbo pagal savo galimybes: skuta bulves, pjausto salotas, trina bulvių košę, verda kisielių. Būtina taisyklė – aptarti pageidavimus dėl valgio. Gyventojams labai svarbi galimybė rinktis patiems. Vakaraus vyrų labai draugiškai susėda darytis sumuštinį, kuriuos kitą dieną valgys socialinėse dirbtuvėse. Susidoroja be darbuotojų pagalbos. Nors, aišku, kiek žmonių, tiek nuomonių bei norų...

Visi gyventojai labai mėgsta apsipirkinėti. Tad stengiamės visada keliauti pirkinių su vienu ar dviem iš jų. Tuomet parduotuvėje užtrunkame gerokai ilgiau, bet tai leidžia jiems pasijusti savarankiškais ir svarbiais.

Veiklos. Kūrybingi mūsų darbuotojai stengiasi sumanyti gyventojams kuo įvairesnių veiklų ne tik namuose, bet ir už jų ribų. Gyventojams patinka pasivaikščiojimai, jie lankosi bažnyčioje, neseniai apžiūrėjo alpakų ūkį, vasarą visi drauge ilsėjosi stovykloje prie jūros. Be to, noriai važiuoja į Lentvario grupinio gyvenimo namus ir kviečiasi ten gyvenančias merginas į svečius.

Kadangi penki gyventojai yra veiksnūs, jie atlieka savo pilietinę pareigą – balsuoja per rinkimus. Prieš balsavimus namai būna pilni debatų, sklindančių ne tik iš televizoriaus ekrano. Vasarą vyrai, darbuotojų padedami, augino daržoves. Gyventojai visada tvarko kiemo teritoriją, puošia ją šventėms, nepamiršta iškelti vėliavos per svarbiausias valstybines šventes.

Iššūkiai. Aišku, kaipgi be jų. Manau, didžiausias iššūkis – naujai atvykusio gyventojų adaptacinis laikotarpis, kai jis, palikęs savo komforto zoną, atsiduria naujoje aplinkoje su naujomis taisyklėmis, naujais veidais, kvapais, garsais, aplinka. Darbuotojai supranta, kad žmogus išgyvena stresą, jaučiasi vienišas, gal net paliktas likimo valiai, todėl stengiasi kuo labiau tą laikotarpį palengvinti ne tik jam, bet ir kitiems gyventojams, taip pat sau.

Dar vienas iššūkis – meilė ir simpatijos. Kiekvienas gyventojas turi nusižiūrėjęs simpatiją ne tik savo, bet ir darbuotojų rate, todėl darbuotojai turi išmokti nusibrėžti aiškias ribas.

Trečias iššūkis – gyventojų įsitikinimas, kad darbuotojai privalo viską už juos daryti. Taigi tenka ilgai šnekėtis ir kantriai aiškinti, kad šie namai – kitokie nei uždaros institucijos ir kad darbuotojai tik padeda įsisavinti įprasto savarankiško gyvenimo sanklodą.

Reikia taip pat paminėti ligas. Tenka susidurti ir su agresija, ašaromis, apatija. Būta net uždelsto gedėjimo, kai gyventojas, praleidęs grupinio gyvenimo namuose beveik metus, ėmė ilgėtis tos aplinkos, iš kurios atvyko.

Nutinka net ir taip... „Atėjusi į grupinio gyvenimo namus supratau, kad čia gyvena tikri žmonės, kurie neslepia savo emocijų, neapkalbinėja už nugaros, kurie yra atviri ir geraširdžiai, moka džiaugtis bei liūdėti, ir daro tai nuoširdžiai. Pabuvus su jais, kartais nebesinori grįžti į įprastą visuomenę.“

JULIJA JANONYTĖ

Naujasodžio grupinio gyvenimo namų vadovė



NAUJAS GYVENIMAS NAUJASODŽIO GATVĖJE

Lietuvoje atsiranda vis daugiau grupinio gyvenimo namų.

Tokie namai skirti suaugusiems žmonėms su negalia.

Ten šie žmonės gyvena nedidelėmis grupėmis.

Jie turi galimybę būti savarankiški.

Jiems padeda darbuotojai.

Prieš metus tokie namai atvėrė duris Vilniuje.

Naujasodžio gatvės 64 name.

Šių grupinio gyvenimo namų steigimu rūpinosi respublikinė „Viltis“.

Pirmieji gyventojai atsikraustė iš Pabradės.

Iš Nijolės Genytės slaugos namų.

Tai buvo 5 vyrai su intelekto sutrikimu.

Paskui prie jų prisidėjo daugiau gyventojų.

Vyrų ir moterų.

Gyventojų amžius – nuo 27 iki 55 metų.

Iš pradžių gyventojams buvo nelengva.

Jie paliko įprastą aplinką, draugus.

Jiems reikėjo prisitaikyti prie naujos tvarkos.

Bet jie norėjo gyventi savarankiškiau.

Tikruose namuose tarp kaimynų.

Gyventojams padeda jauni darbuotojai.

Gyventojai patys palaiko tvarką ir švarą.

Jie patys gamina valgių.

Noriai skuta bulves, pjausto salotas.

Trina bulvių košę, verda kisielių.

Gyventojai patys sprendžia, kokius patiekalus valgys.

Tai jiems svarbu.

Gyventojams labai patinka apsipirkinėti.

Jie kartu su darbuotojais važiuoja pirkinių.

Gyventojai vyrai lanko socialines dirbtuves.
Visi gyventojai turi įvairių veiklų.
Jiems patinka pasivaikščiojimai.
Jie lanko bažnyčią.
Vasarą visi ilsėjosi stovykloje prie jūros.
Jie turi draugių Lentvario grupinio gyvenimo namuose.

5 gyventojai yra veiksnūs.
Jie atlieka savo pilietinę pareigą – balsuoja per rinkimus.
Jiems patinka kalbėtis apie politiką.
Gyventojai tvarko kiemą, puošia jį per šventes.
Nepamiršta iškelti vėliavos per valstybines šventes.

Gyventojai džiaugiasi savo nauju gyvenimu.
Bet jiems kyla ir sunkumų.
Būna sudėtinga iš pradžių įprasti prie naujos tvarkos.
Prie naujų taisyklių, veidų, kvapų, garsų.
Tada į pagalbą ateina darbuotojai.

Kartais gyventojai per daug reikalauja iš darbuotojų.
Nori, kad darbuotojai viską už juos darytų.
Bet grupinio gyvenimo namai kitokie nei slaugos namai.
Grupinio gyvenimo namuose reikia gyventi kuo savarankiškiau.

KAIP PAPERASTAS NAMAS TAPO... TIKRAIS NAMAIS

Ilgus metus iš savo „Kauno vilties“ bendrijos narių girdėjome – reikia namų, kuriuose mūsų bendrijos nariai su negalia galėtų gyventi, kai nebeliks artimųjų, galinčių jais rūpintis.

Kaip viskas prasidėjo. Kai Kauno miesto savivaldybė nusprendė dalyvauti Europos socialinio fondo agentūros projekte „Bendruomeninių apgyvendinimo bei užimtumo paslaugų asmenims su proto ir(arba) psichikos negalia plėtra“ ir ieškoti partnerių, kurie apsiimtų steigti grupinio gyvenimo namus, supratome, kad turime galimybę, kurios negalime praleisti. Juk ne paslaptis, kad nevyriausybinės organizacijos retai gali pasigirti tokiais finansiniais ištekliais, kad pajėgtų vykdyti panašius projektus be pagalbos ir finansavimo iš šalies. Taigi 2020 metais pasirašėme bendradarbiavimo sutartį su Kauno miesto savivaldybe ir oficialiai tapome partneriais steigiant grupinio gyvenimo namus Kaune.

Kaip viskas vyko. Pasirašius sutartį pirma ir pagrindinė užduotis buvo rasti tinkamą namą. paieškos ir pirkimas tęsėsi beveik dvejus metus. Pritaikymas, re-

montas, baldų ir įrangos pirkimas dar pusantrų. 2023 metų rudenį gavome namo raktus, o 2024 metų sausį pasirašėme nekilnojamojo turto panaudos sutartį. Ir pasijutome taip, lyg didieji darbai jau padaryti! Tačiau klydome... nes turėjome tik infrastruktūrą, o kur dar komanda, gyventojai, finansai pradžiai ir t. t., ir pan...

Įsidėmėtina, kad šiame etape daug dirbome ieškodami paramos, nes projekte numatytos lėšos buvo skirtos tik namui įrengti, baldams ir įrangai įsigyti. O štai kiti namų apyvokos daiktai – indai, patalynė, rankšluosčiai, virtuvės reikmenys, užuolaidos, stalinės lempos ir kt. – nebuvo įtraukti į numatytą biudžetą.

2024 metų sausio pradžioje pradėjome rinkti komandą. „Kauno vilčiai“ labai pasisekė, kad Tarybos narė ir buvusi darbuotoja Evelina Bernatavičė priėmė pasiūlymą tapti grupinio gyvenimo namų

vyr. socialine darbuotoja ir šių namų „galva“.

Individualios priežiūros darbuotojų paieška buvo sudėtinga – dalis kandidatų neturėjo jokios patirties, dalis nė nepasidomėjo, su kokia klientų grupe reikės dirbti, arba puoselėjo nerealius lūkesčius. Kai atsirinkome tris kandidates, paskutinę savaitę viena dingo, tad startavome su vos dviem. Finansiskai tik tiek sau ir galėjome leisti (dėl ne visiškai užpildytų vietų), todėl pamainomis pirmąjį mėnesį teko budėti ne tik darbuotojoms, bet ir savanorėms: „Kauno vilties“ bendrijos pirmininkei Agnei Baronaitei ir jau minėtai Evelinai Bernatavičei. Tiesiog nebuvo kito pasirinkimo.

Kaip gyvename šiandien. Šiuo metu grupinio gyvenimo namų statistika tokia: juose gyvena dešimt žmonių. Penki vyrai ir penkios moterys. Pusė atvyko iš socialinės globos įstaigų, pusė – iš bendruomenės. Septyni turi intelekto sutrikimą, trys – psichosocialinę negalią.

Komandą sudaro socialinė darbuotoja (ji yra ir vyr. socialinė darbuotoja) ir penkios individualios priežiūros darbuotojos.

Praėjus metams nuo atsidarymo jaučiamės daug užtikrinčiau, bet vis tiek dažnai iškyla naujų situacijų, kurioms nebuvome pasiruošę, tačiau tai ne priežastis nuleisti rankas. Todėl didžiausios

padėkos nusipelnę darbuotojų komanda, sugebėjusi paprastą namą paversti tikrais **NAMAIS**.

Mūsų patirtis ir patarimai. Tiems, kurie yra kelyje į grupinio gyvenimo namų steigimą, turime keletą patarimų:

- Finansiškai saugiau ir lengviau, kai visi gyventojai įsikelia vienu metu. Bet naujai komandai pradėti darbą iškart su visais gyventojais irgi iššūkis, taigi mes džiaugiamės, kad startavome su puse gyventojų, o likusieji prisijungė palaipsniui.
- Nuo pat pradžių turėkite „savų“ pinigų einamosioms išlaidoms (darbo užmokesčiui, mokesčiams už komunalines paslaugas, maistui, degalams, vaistams ir t. t.), nes pirmieji pinigai už suteiktas ilgalaikės socialinės globos paslaugas Jus pasieks tik po mėnesio ar pusantro. Po kelių mėnesių viskas išsilygins ir finansiškai sustiprės.
- Jei tik yra galimybė, „nemaišykite“ žmonių su intelekto sutrikimu ir žmonių su psichosocialine negalia. Mes šio pasirinkimo neturėjome (ministerijos nurodyti rodikliai ir kt.), tad susidūrėme su rimtais iššūkiais

dėl labai skirtingų minėtų grupių problemų ir suvokimo lygio.

- Jei būsimieji gyventojai atvyks iš socialinės globos įstaigų, **BŪTINAI** iš anksto išsiaiškinkite globos įstaigos vaistų perdavimo tvarką. Nes kitu atveju galite nemaloniai nustebti, supratę, kad dalis vaistų nebuvo ir nebus perduota, bet negalėsite jų ir išsirašyti, tad kurį laiką gyventojai gali likti visai be vaistų.
- Prieš būsimiems gyventojams atskraustant, rekomenduotume kuo daugiau kartų su jais susitikti, pamatyti juos jiems įprastoje aplinkoje, pasikalbėti. Socialinės globos įstaigų pateikiamos žmonių charakteristikos gali smarkiai prasilenkti su realybe, tad svarbu patiems įvertinti, ar asmuo tikrai pajėgus ir motyvuotas gyventi grupinio gyvenimo namuose.
- Jei dar nebendradarbiaujate su „Miesto banku“, pradėkite, nes jo parama gerokai sumažina maistui skirtas išlaidas.
- Būkite pasiruošę, kad Jūsų organizacijai teks prisiimti globėjo pareigas ir atsakomybę tuo atveju, kai gyventojas neturi artimųjų ir yra neveiksnus.



- Iki būsimiems gyventojams atskraustant jau turėkite išankstinį dienotvarkės planą savaitei ir numatykite, kokiose bendruomeninėse veiklose (socialinėse dirbtuvėse, dienos centruose ir kt.) jie dalyvaus. Sėkmės Jūsų darbuose ir siekiuose!

AGNĖ BARONAITĖ

„Kauno vilties“ bendrijos pirmininkė



KAIP PAPRASTAS NAMAS TAPO TIKRAIS NAMAIS

„Kauno vilčiai“ labai reikėjo grupinio gyvenimo namų.

Atsirado galimybė tokius namus įsteigti dalyvaujant projekte.

2020 metais „Kauno viltis“ pasirašė sutartį su savivaldybe.

2 metus trūko tinkamo namo paieškos.

Iki 2023 metų rudens vyko namo remontas.

Reikėjo nupirkti baldus ir įrangą.

Įsigyti kitų reikalingų darbų.

2024 metų pradžioje prasidėjo darbuotojų atranka.

Darbuotojus „Kauno viltis“ rinkosi atsakingai.

Dabar grupinio gyvenimo namuose yra 6 darbuotojai.

Grupinio gyvenimo namuose gyvena 5 vyrai ir 5 moterys.

Jie turi skirtingą negalią.

Pusė gyventojų atvyko iš globos įstaigų.

Kitą pusę sudaro žmonės iš vietos bendruomenės.

Visi gyventojai stengiasi būti savarankiški.

Jie lanko socialines dirbtuves ir dienos centrus.

Gyventojai turi dienotvarkę savaitei.

Tai yra žino, ką veiks rytais, dienomis ir vakarais.

LAIKAS KEISTI PLOKŠTELE,

VADOVAUJANTIS NEGALIAI JAUTRIOS KALBOS GAIRĖMIS

Ar kada susimąstėte, kaip mūsų žodžiai veikia aplinkinius? Vieni gali sujungti, kiti – atskirti. Dažnai nė nesusimąstome, kad žodžiai, kuriuos vartojame, gali žėisti. Tai dažniausiai kyla ne iš blogos valios, o tiesiog iš nežinojimo. Kalbėdami apie žmones su negalia, kartais pasitelkiame pasenusius terminus, kurie gali skaudinti ar pabrėžti negalią kaip pagrindinį žmogaus bruožą, užgoždami asmenybę.



Taigi žodžio galia – milžiniška. Ji gali padėti kurti atvirą visuomenę arba nustumti tūkstančius žmonių į visuomenės paraštes. Prieš kelis dešimtmečius žmones, turinčius vienokią ar kitokią negalią, dar buvo įprasta vadinti „invalidais“. Tai – sovietinio diskriminacinio požiūrio, esą žmonės su negalia yra „mažiau verti“ ir „negali dirbti“, palikimas. Neretai į juos žiūrėta su perdėtu gailėsčiu.

Asmens su negalia teisių apsaugos agentūros prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos (toliau ANTA) užsakymu atliktas tyrimas parodė, kad net 71 proc. paminėjimų apie negalią viešojoje erdvėje vis dar yra neįjautrūs arba žeidžiantys žmones su negalia.

Tai viena iš priežasčių, kodėl ANTA ėmėsi įgyvendinti informacinę kampaniją „Laikas keisti plokštelę“. Ši kampanija remiasi Jungtinių Tautų parengtomis ir Žmonių su negalia teisių stebėsenos komisijos prie Lygių galimybių kontrolieriaus tarnybos Lietuvos kontekstui adaptuotomis **Negaliai jautrios kalbos gairėmis**.

Žmonės su negalia dažnai susiduria su kalbine atskirtimi – žodžiais, kurie stigmatizuoja, gilina atskirtį ar net skaudina. Ši atskirtis nėra tik simbolinė – ji stiprina stereotipus, trukdo įtraukti ir kurti lygiavertę visuomenę. Negaliai jautrios kalbos gairės pabrėžia: negalia nėra žmogų apibrėžianti savybė, tai tik vienas iš daugelio jo gyvenimo aspektų.

Kodėl tai svarbu

- Kalba formuoja visuomenės požiūrį. Kalbėdami pagarbiai, mes ne tik parodome dėmesį, bet ir griauname stereotipus, kurie per daugelį metų tapo kliūtimi žmonių su negalia įtraukčiai.
- Pagarba asmenų teisei save apibrėžti. Naujieji terminai atspindi žmogaus teisių modelį, kuris ne tik gerina santykius, bet ir skatina įtraukų visuomenės gyvenimą.
- Istorinės diskriminacijos ištaisymas. Sovietmečiu Lietuvoje vartoti žodžiai dažnai buvo grindžiami gailėsčiu ir nuvertinimu. Šiandien galime ištaisyti šią praeities klaidą kurdami kalbą, kurioje žmogus – o ne jo negalia – yra dėmesio centre.

Kodėl tai naudinga

- Socialinė atsakomybė. Vartodami jautrią kalbą, rodome pavązdį ir prisidedame prie žmogaus teisių stiprinimo.
- Prestižas ir pasitikėjimas. Įtrauki komunikacija skatina pasitikėjimą organizacija ar prekės ženklu.

- Atitiktis teisiniams pokyčiams. Lietuvos teisės aktai jau keičiasi – dabar puikus metas prisitaikyti prie naujų normų.
- Asmeninis augimas. Pagarbūs žodžiai ugdo mus, kaip sąmoningus visuomenės narius.

Kaip pradėti keisti kalbą

- Susipažinkite su gairėmis. Svetainėje www.keiskplokstele.lt rasite išsamią informaciją ir rekomendacijas apie negaliai jautrią kalbą.
- Peržiūrėkite savo komunikaciją. Peržiūrėkite savo internetinę svetainę, socialinius tinklus ir kitas viešas platformas.
- Išmokite pagrindinių principų. Vaizdo pamoka „YouTube“ platformoje padės greitai suprasti pagrindinius principus, kuriuos lengvai pritaikysite kasdienybėje.

Kasdienybėje galime pradėti nuo paprastų, bet svarbių pokyčių

- Vietoj „neįgalusis“ sakykime „žmogus su negalia“.
- Vietoj „kurčnebylys“ – „žmogus su klausos negalia“.
- Vietoj „žmogus su proto negalia“ – „žmogus su intelekto sutrikimu“.

Ką pasieksime keisdami kalbą

- Griausime stereotipus, nes jautri kalba padeda keisti klaidingus visuomenės įsitikinimus.
 - Skatinsime įtrauktį, nes pagarbūs žodžiai kuria erdvę, kurioje kiekvienas žmogus jaučiasi laisvas dalyvauti ir būti savimi.
 - Stiprinsime bendruomenes, nes kalba, grindžiama pagarba, suartina ir stiprina pasitikėjimą.
- Kviečiame keisti plokštelę jau šiandien. Negaliai jautri kalba – tai ne tik žodžiai, bet ir vertybinė nuostata. Ji išreiškia mūsų norą suprasti, įsiklausyti ir pripažinti kiekvieną visuomenės narį kaip svarbų bei vertingą. Pagarbi kalba – mažas žingsnis į didelius pokyčius.

Parengta remiantis ANTA informacija



Daugiau informacijos rasite:

- www.keiskplokstele.lt
- www.Negaliai.jautrios.kalbos.gairės-keiskplokstele.lt
- Vaizdo pamoka „YouTube“



LAIKAS KEISTI PLOKŠTELĘ, VADOVAUJANTIS NEGALIAI JAUTRIOS KALBOS GAIRĖMIS

Žmonės bendrauja žodžiais.
Žodžiai turi poveikį žmonėms.
Žodžiai gali džiuginti ir liūdinti.
Žodžiai gali skaudinti ir guosti.
Todėl svarbu pasirinkti tinkamus žodžius.

Apie žmones su negalia irgi reikia kalbėti tinkamais žodžiais.
Žodžius reikia apgalvoti ir tinkamai pasirinkti.
Anksčiau žmones su negalia vadino invalidais.
Tai menkinantis ir prastas žodis.
Dėmesys turi tekti ne trūkumams, o žmogui.

Žmonės su negalia verti pagarbių žodžių.
Todėl reikia tokius žodžius žinoti.
Šiam tikslui skirtas judėjimas „Laikas keisti plokštelę“.
Paprastai sakant, laikas rinktis tinkamus žodžius.

Pagarbius žodžius, keičiančius bendravimą.
Žodžius, gerinančius santykius ir tarpusavio supratimą.

Yra parengtos Negaliai jautrios kalbos gairės.
Paprastai sakant, pasiūlymai, kokiais žodžiais bendrauti.

Kad žmonės su negalia jaustųsi vertinami ir gerbiami.

Tinkamais žodžiais rodomas dėmesys.

Tinkami žodžiai stiprina žmonių su negalia pasitikėjimą savimi.

Tinkami žodžiai padeda rasti bendrą kalbą.

Daugiau informacijos rasite:

www.keiskplokste.lt

[www.Negaliai jautrios kalbos gairės - keiskplokste.lt](http://www.Negaliai_jautrios_kalbos_gairės_keiskplokste.lt)

Vaizdo pamoka „YouTube“

KAIP MES SUDARINĖJAME LENGVAI SUPRANTAMOS KALBOS ŽODYNAŲ

Lengvai suprantama kalba reikalinga žmonėms, kuriems sunku perskaityti ir suprasti įprastus tekstus. Lengvai suprantama kalba padeda šiems žmonėms sužinoti reikiamą informaciją, neatsilikti nuo gyvenimo aktualijų.

Tokių tekstų jau yra įvairiose pasaulio šalyse. Informacija lengvai suprantama kalba padeda asmenis savarankiškai priimti sprendimus, suteikia daugiau galimybių susipažinti su naujienomis ir dalyvauti visuomenės gyvenime. Tekstai, parašyti lengvai suprantama kalba, turi specialų simbolį – skaitantį žmogų mėlyname fone.

Lengvai suprantamos kalbos tekstai gali būti parašyti skirtingai. Ar tekstas lengvas, ar sudėtingesnis, priklauso nuo to, kokių lygiu jis parašytas. Lygiai yra trys.

Pirmo lygio tekstai yra trumpi, juose pateikiama tik esminė informacija. Mintys dėstomos labai aiškiai ir nuosekliai. Šio lygio tekstus skaitytojams padeda suprasti kiekvieną mintį iliustruojantys paveikslėliai ir simboliai.

Antro lygio tekstai yra neilgi, jie perteikia svarbiausią informaciją tam tikra tema. Nauja ir detalesnė informacija į tekstą įvedama palaipsniui, tik tada, kai yra būtina. Šio lygio tekstų kalba taip pat itin supaprastinta. Antro lygio sakiniai yra pakankamai trumpi, sakinį sudaro vidutiniškai 7 žodžiai. Šie teks-



tai skirti žmonėms su lengvesniu intelekto sutrikimu. Taip pat jie praverčia tiems, kuriems lietuvių kalba nėra gimtoji, bet kurie jau šiek tiek ją supranta.

Trečio lygio tekstais perteikiama tiek pagrindinė, tiek aiškiai pateikta detali informacija. Šio lygio teksto sakiniai gali būti šiek tiek ilgesni. Jie skirti žemesnio išsilavinimo ir raštingumo žmonėms, taip pat turintiems lengvą intelekto sutrikimą ir pažengusiems lietuvių kalbos (kaip svetimosios) vartotojams.

Prieš publikavimą kiekvieną lengvai suprantamos kalbos tekstą kruopščiai peržiūri teksto vertintojai. Būtent jie pasako, ar tekstą lengva suprasti, o gal reikia pataisyti. Lietuvoje tekstus vertina asmenys su intelekto negalia. Viena iš įstaigų, kurioje tai atliekama, yra Vilniuje veikiantis dienos centras „Šviesa“, bendradarbiaujantis su Asmens su negalia teisių apsaugos agentūra prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos. Šiuo metu tekstus vertina „Šviesos“ lankytojai Dainius, Dalia, Kristina, Justina, Valdemaras, Inga, Aurelijus, Ernesta ir Rytis, o vertintojams padeda darbuotojos Jurgita, Viktorija, Paula, Indrė ir Daiva. Tekstų vertinime dalyvauja po vieną vertintoją ir darbuotoją. Jie kartu skaito tekstą ir vertintojas darbuotojai pasako, ar tekstas yra suprantamas, kokie žodžiai jam nežinomi ir neaiškūs. Tada stengiamės vietoje sudėtingo žodžio rasti lengvesnį. Tikrindami tekstus keletą metų supratome, kad sudėtingų ir sunkiai suprantamų žodžių yra nemažai. Siekdami, kad jų mažėtų,

pradėjome sudarinėti savo žodyną. Norėtume su jumis pasidalyti keliais pavyzdžiais, susijusiais su veiksmožodžiais:

- Vartoja – naudoja.
- Analizuoja – vertina.
- Skleisti šviesą – šviesti.
- Palaiko ryšius – bendrauja.
- Bendradarbiauti – dirbti kartu.
- Pareigos yra darbai, kuriuos reikia prisiminti ir padaryti.
- Tikslai yra dalykai, kurių reikia siekti. Pavyzdžiui, per sporto užsiėmimus.
- Dienotvarkė yra planas, ką žmogus veikia ryte, per pietus ir vakare.

Kaip matote, į mūsų žodyną pateko žodžiai, su kuriais susiduriame kiekvieną dieną, bet turbūt nesusimąstome, kad jie galėtų būti sudėtingi ir nesuprantami kitiems.

Mielas skaitytojau, o ar Tu randi tekstuose nesuprantamų žodžių? Gal turi pavyzdžių? O gal jau žinai, kaip juos pakeisti lengvesniais?

Kviečiame prisidėti prie mūsų sudaromo žodyno. Siųsk mums tokius žodžius elektroniniu paštu ergoterapija@dcsviesa.lt, o kitame žurnalo numeryje jais pasidalsime!

**Straipsnį parengė Jurgita Šidlauskienė
ir Paula Stašaitienė**



KAIP MES SUDARINĖJAME LENGVAI SUPRANTAMOS KALBOS ŽODYNĄ

Pakalbėkime apie lengvai suprantamą kalbą.

Ši kalba skirta žmonėms su negalia.

Taip pat žmonėms, tik pradėjusiems mokytis lietuvių kalbos.

Lengvai suprantama kalba padeda suprasti informaciją.

Informacija yra žinios apie įvairius įvykius.

Tekstai lengvai suprantama kalba žymimi specialiu ženklu.

Ženkle pavaizduotas skaitantis žmogus mėlyname fone.

Lengvai suprantama kalba būna 3 lygių.

Lygiai priklauso nuo teksto sunkumo.

1 lygio tekstai yra patys lengviausi.

Juose pateikiami tik pagrindiniai dalykai.

Teksto mintis padeda suprasti paveikslėliai.

2 lygio tekstai būna truputį ilgesni.

Sakinius sudaro maždaug 7 žodžiai.

Šio lygio tekstai skirti žmonėms su lengva negalia.

Ir svetimšaliams, jau pramokusiems lietuvių kalbos.

3 lygio tekstai dar sudėtingesni.

Lengvai suprantamus tekstus tikrina teksto vertintojai.

Teksto vertintojai yra žmonės su negalia.

Jie tikrina, ar tekstai suprantami.

O nesuprantamus žodžius keičia suprantamais.

Tokių teksto vertintojų yra Vilniaus dienos centre „Šviesa“.

Tekstus vertina laikytojai Dainius, Dalia, Kristina. Justina, Valdemaras, Inga, Aurelijus, Ernesta ir Rytis. Vertintojams padeda darbuotojos Jurgita, Viktorija, Paula, Indrė ir Daiva.

Tekstą vertina vienas vertintojas ir viena darbuotoja.

Jie kartu skaito tekstą.

Vertintojas pasako darbuotojai, ar tekstas suprantamas.

Jie aiškinasi nežinomus ar neaiškius žodžius.

Jie stengiasi keisti sunkius žodžius lengvais.

Tikrinant tekstus sudėtingų žodžių pasitaiko dažnai.

Todėl teksto vertintojai sudarinėja tokių žodžių žodyną.

Jie nori pasidalyti savo surinktais žodžiais.

Vartoja – naudoja.

Analizuoja – vertina.

Skleisti šviesą – šviesti.

Palaiko ryšius – bendrauja.

Bendradarbiauti – dirbti kartu.

Pareigos yra darbai, kuriuos reikia prisiminti ir padaryti.

Tikslai yra dalykai, kurių reikia siekti.

Pavyzdžiui, per sporto užsiėmimus.

Dienotvarkė yra planas,

ką žmogus veikia ryte, per pietus ir vakare.

Gal jūs irgi randate sunkiai suprantamų žodžių?

Gal turite pavyzdžių?

Gal jau žinote, kaip pakeisti sunkų žodį į lengvą?

Jeigu taip, siųskite tuos žodžius mums.

Elektroniniu paštu ergoterapija@dcsviesa.lt

Kitame žurnalo numeryje pasidalysime jūsų atsiųstais žodžiais!

„VILNIAUS VILTIS“:

VEIKLOS, PASLAUGOS, PROJEKTAI

2025 metų sausio 29 dieną „Vilniaus vilties“ bendrijos Taryba išrinko naująjį vadovą – **Giedrių Bagdoną**, kai netikėtai Anapilin išėjo buvusi šios bendrijos pirmininkė Rūta Rinkevičienė. Naujasis vadovas planuoja tęsti vykdomus projektus ir veiklas, pagal galimybes gerinti paslaugų kokybę, taip pat kartu su bendrijos Taryba planuoti ir įgyvendinti laiko diktuojamas aktualias užduotis.



53 metų Giedrius – „Vilniaus vilties“ bendrijos narys nuo 2021 metų. Tais pačiais metais jis pradėjo eiti užimtumo specialisto pareigas bendrijos socialinėse dirbtuvėse. Giedrius įgijo kultūros ir verslo vadybos išsilavinimą Vilniaus kolegijoje, taip pat taikomios dailės išsilavinimą Vilniaus dailės akademijoje. Turi 15 metų vadovaujamo darbo patirtį.

Daugiau nei 30 metų gyvuojanti „Vilniaus viltis“ – viena gausiausių sostinės nevyriausybinių organizacijų – vienija asmenis su intelekto negalia, jų šeimas ar globėjus, rėmėjus ir specialistus. Šiuo metu ji turi maždaug 2000 narių. Organizacijos aukščiausias ben-

drijos valdymo organas – visuotinis narių susirinkimas, kuris renka Tarybą, revizijos ir labdaros komisijas. O Taryba – pirmininką.

Bendradarbiaujame su Vilniaus miesto savivaldybės Socialinių paslaugų skyriumi, seniūnijomis, Asmens su negalia teisių apsaugos agentūra prie SADM, dienos centrais ir kitomis valstybinėmis, verslo ir visuomeninėmis organizacijomis, kurias lanko bendrijos nariai ir kiti asmenys su intelekto negalia.

Štai „Vilniaus vilties“ veiklos sritys:

- socialinės dirbtuvės, kuriose vykdomos dvi veiklos, jas lanko 22 žmonės;

- bendrijos gyvenimo namai „Pašilaičiai“, kuriuose gyvena 8 žmonės;
- socialinės reabilitacijos projektas, kurio įgyvendinime dalyvauja 30 žmonių;
- dienos socialinės globos paslaugos bendruomenėje, kurias gauna 4 žmonės;
- pagalbos į namus socialinės paslaugos, kurios teikiamos 7 žmonėms;
- apsaugoto būsto socialinės paslaugos, kurias gauna 4 žmonės;
- dienos socialinės globos asmens namuose paslaugos, kurios teikiamos 3 žmonėms.

Nuo 2024 metų rudens didelė dalis bendrijos veiklų vyksta Skroblų gatvėje 29, Vilniuje. Čia įsikūrė ir „Vilniaus vilties“

bendrijos būstinė. Nuo 2023 metų šias patalpas bendrija nuomoja iš Vilniaus miesto savivaldybės ir rekonstravo jas savo lėšomis. Taip pat buvo rengiamos bendruomeninės talkos ir daug darbų atliko patys bendrijos nariai.

Šios patalpos daug erdvesnės. Yra salė, kur galima sportuoti ir rengti šventes, virtuvė, kur vyksta maisto ruošimo pamokėlės, poilsio kambariai ir net trys tualetai. O dar vidinis kiemelis su atskiru išėjimu. Jame lankytojai vasarą gali žaisti badmintoną, kepti dešrelės ir pan.

„Vilniaus Vilties“ bendrija išsilaiko iš privačių asmenų ir verslo įmonių, fondų paramos, taip pat savo narių įnašų ir už-

dirbamų lėšų. Be to, vykdo keletą projektų ir veiklų, kuriuos remia Europos Sąjunga ir Vilniaus miesto savivaldybė.

Vilniaus viltiečiams ir jų naujam vadovui Giedriui Bagdonui – sėkmės darbuose ir siekiuose.

„Vilniaus Vilties“ bendrijos informacija

i Būstinės adresas ir kontaktai

Skroblų g. 29, Vilnius 0314

+370 5 2334705, +370 685 506 03

info@vilniausviltis.lt

<https://www.vilniausviltis.lt>, <https://www.facebook.com/Socialinesdirbtuvesviltis/>



NAUJA ERDVĖ GERESNEI SAVIJAUTAI UŽTIKRINTI

Kai pavyksta įgyvendinti seniai brandintas idėjas, atsiranda galimybė suteikti savo gyvenimui aukštesnę kokybę. „Klaipėdos vilties“ bendrijos patalpose duris atvėręs sensorinis kambarys – nauja erdvė geresnei žmonių su intelekto negalia savijautai užtikrinti.

Žmogaus pojūčiai – tiltas tarp jo vidinio pasaulio ir aplinkos. Kai šį tiltą pažeidžia neurologiniai, raidos ar psichikos sutrikimai, kasdienis gyvenimas tampa sudėtingesnis, kupinas nerimo, emocijų iššūkių ar net fizinio diskomforto. Vienas iš būdų padėti žmonėms su intelekto negalia, autizmo spektro sutrikimu, šizofrenija, demencija, cerebriniu paralyžiumi, emocijų ir raidos sutrikimais – sensorinis kambarys.

Tai specialiai sukurta aplinka, kurioje naudojami įvairūs regos, klausos, lytėjimo, uoslės ir judėjimo pojūčius stimuliuojantys elementai, padedantys žmogui geriau suvokti save ir savo ryšį su pasauliu. Pagrindinė sensorinio kambario funkcija – sukurti saugią erdvę, kurioje žmogus galėtų mokytis reguliuoti savo pojūčius ir emocijas. Vieniems tokia erdvė suteikia ramybę ir padeda sumažinti nerimą, kitiems – skatina aktyvesnę sąveiką su aplinka ir lavina sensorinį suvokimą. Švelnios šviesos, besikeičiančios spalvos, burbulų vamzdžiai, muzikos terapija, vibruojančios kėdės, minkšti baldai ar net kvapų difuzoriai (*įrenginiai, skirti skleisti kvapą į erdvę arba kambarį*) – visa tai gali būti pritaikoma pagal konkretaus žmogaus poreikius.

Mūsų naujoje terapinėje erdvėje įdiegti šie modernūs sensoriniai sprendimai, kuriuos galima sėkmingai panaudoti individualiems lankytojų poreikiams:

- LED interaktyvi šviesų sistema ir vandens projektorius, leidžiantys keisti spalvas ir sukurti raminančią atmosferą.
- Sensoriniai burbulų vamzdžiai ir veidrodžiai, skatinantys vizualinę dėmesį ir koncentraciją.
- Taktiliniai stimuliuojantys žaislai, lavinantys lytėjimo pojūčius.
- Muzikos terapijos įrenginys, padedantis atsipalaiduoti arba tapti aktyvesniam.
- Aromaterapijos difuzoriai, sukuriantys raminančią aplinką.
- Masažinis krėslas su 28 oro pagalvėmis, 6 masažuoklių komplektais ir viską valdančiu išmaniuoju kompresoriumi.
- Pasunkinta antklodė, liemenė ir riešinės, padedančios sukurti gilaus spaudimo pojūtį, kuris ramina ir suteikia saugumo jausmą.
- Hamakai, kuriuose galima sūpuotis ir atsipalaiduoti.

Apibendrinant galima pasakyti, kad mūsų sensorinis kambarys – tai daugiau nei tiesiog šviesų ir garsų kupina erdvė. Tai terapinė priemonė, leidžianti kiekvienam lankytojui, nepriklausomai nuo negalios ar sutrikimo pobūdžio, rasti galimybę geriau suvokti save, nusiraminti, išmokti reguliuoti emocijas ir lavinti sensorinius gebėjimus. „Klaipėdos vilties“ bendrijos administracija tikisi, kad ši nauja erdvė tiek žmonėms su negalia, tiek jų šeimos nariams taps vertinga pagalbos priemone ir alternatyva medikamentiniam gydymui.

„Klaipėdos vilties“ bendrijos informacija



KAD NEGALIA TAPTŲ... SUPER GALIA

Vilniuje yra „Atgajos“ mokykla.

Mokyklą lanko mokiniai su intelekto sutrikimais.

Mokytojai stengiasi sudominti mokinius.

Todėl paruošė projektą

„Mano negalia – mano super galia“.

Projekto dalyviai keliavo į Slovėniją ir Norvegiją.

Turėjo galimybę pažinti šias šalis.

Grožėtis gamta ir kalnais.

Slovėnijoje mokyklos draugauja su vietos žmonėmis.

Kartu sportuoja, dalyvauja renginiuose.

Projekto dalyviams patiko toks bendravimas.

Todėl nusprendė pritaikyti jį Lietuvoje.

Pakviesti žmones kartu sportuoti „Atgajos“ mokyklos stadione.

Informacija buvo paskelbta feisbuke.

Daug žmonių susidomėjo.

Susirinko mankštintis ir maži, ir dideli.

Bendra mankšta vyksta kiekvieną trečiadienį.

Norvegijoje projekto dalyviai lankėsi pas ūkininką.

Šėrė iš šukavo gyvuliukus, valė gardus.

Pajūryje gaudė krabus ir krevetes.

Dar apžiūrėjo fermą, kurioje auginamos žuvis.

Mokytojams kelionės irgi buvo naudingos.

Jie išmoko naudotis priemone TD Snap.

Priemonė padeda mokiniams, kuriems sunku kalbėti.

„Atgajos“ mokykla priemonę įsigijo.

Priemonę sudaro į planšetę įdiegta paveikslėlių programa.

Vilniaus „Atgajos“ specialioji mokykla, kviečia visus visus ir didelius ir mažus, Viršuliškių, Karoliniškių mikrorajonų gyventojus, kartu pasportuoti, kiekvieną mėnesio trečiadienį, 9val. 30 min; Atgajos mokyklos stadione, Viršuliškių g. 103, mankštos laikas 45min (9.30-10.15)

Laukiame visų, kiekvieną trečiadienį:
2025m. Kovo 5, 12, 19, 26 dienomis;
Balandžio 2, 9, 16, 30 dienomis;
Gegužės 7, 14, 21, 28 dienomis;
Birželio 4, 11, 18, 25 dienomis.

 Erasmus+



Mokiniui paveikslėliai padeda lengviau bendrauti.

Užsiimti naudinga veikla per pamokas.

Mokiniai naudojami paveikslėliais ir bendraudami su draugais.

Paveikslėlius naudoja ir mokinių tėvai.

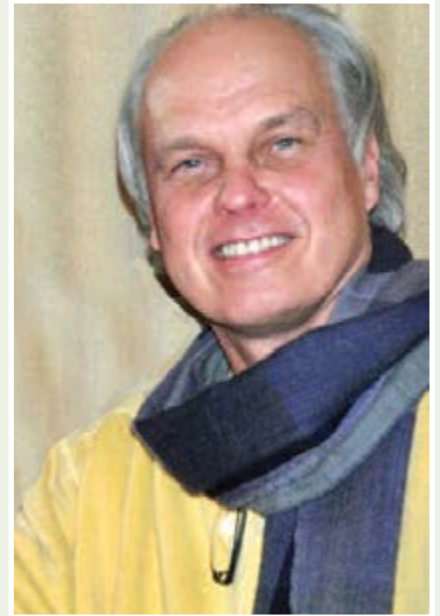
Projektas „Mano negalia – mano super galia“ buvo labai naudingas.

Todėl „Atgajos“ mokykla nusprendė vykdyti ir naujus projektus.

Gintarė Širvinskienė

Vilniaus „Atgajos“ specialiosios mokyklos socialinė pedagogė

DAR SUDAINUOSIME VISI SYKIU: „AŠ IR TU SU VILTIMI KARTU...”



Gruodžio mėnesį man teko su sūnumi Dovydu lankyti Čikagoje. Prisiminusi stovyklas „Pasakoje“ ir bendravimą su Amerikos lietuviu Vitu Underiu, ryžausi su juo susisiekti. Anuomet keletą vasarų stovyklavietėje „Pasaka“ Vitas ir kiti specialistai iš JAV vedė seminarus tėvams ir mokytojams, dalijosi ugdymo, bendravimo, supratimo ir užimtumo įgūdžiais. Tai buvo Amerikos pedagogų talkos Lietuvos švietimui programa A.P.P.L.E., kuri tęsėsi 25-rius metus, vasaros kursai mokytojams.

Nors nuo mūsų paskutinio bendravimo jau praėjo 10 metų, mano paieškos interneto platybėse pasiteisino. Man pavyko – suradau!!! Labai džiugu, kad gerbiamas Vitas Underys mus vis dar prisimena ir netgi skaito žurnalą „Viltis“. Jis sakė, kad vėl norėtų apsilankyti Lietuvoje. Apsidžiaugė išgirdęs, kad stovyklavietė „Pasaka“ atnaujinta. Mudviejų pažinties pradžioje, įkvėpta

stovyklavimo „Pasakoje“, parašiau eiles apie viltį ir buvimą kartu. O Vitas Underys mano žodžiams sukūrė muziką.

Dabar, viešėdama Čikagoje, maloniai nustebau, kad ši daina skamba ir vietos parapijos renginiuose. <https://share.icloud.com/photos/0f4igQc|8LOTdPaf-n5znnNg>

Prieš man išvykstant į Lietuvą, mudu dar susirašinėjome. Vitas Underys perda-

vė linkėjimus visiems viltiečiams, kurie jį dar prisimena. Belieka tikėtis, kad jis vėl apsilankys „Pasakoje“ ir mes visi sykiu sudainuosime: „...Eisim kartu – mes nepaklysim. Aš ir tu su viltimi kartu...”

DANUTĖ LAUKAITIENĖ

„Vilties“ bendrijos Alytaus rajono padalinio pirmininkė



DAR SUDAINUOSIME VISI SYKIU: „AŠ IR TU SU VILTIMI KARTU...”

Danutė Laukaitienė vadovauja „Vilties“ Alytaus padaliniui.

Praėjusių metų pabaigoje ji su sūnumi Dovydu lankėsi Amerikoje.

Svečiavosi Amerikos mieste Čikagoje.

Ten Danutė prisiminė „Vilties“ draugą Vitą Underį.

Vitas Underis yra Amerikos lietuvis.

Prieš 10 metų Vitas dirbo

„Vilties“ stovykloje „Pasakoje“.

Mokė žmonių su negalia tėvus ir mokytojus.

Danutė susirado Vitą Amerikoje.

Vitas vis dar prisimena „Viltį“.

Jis net skaito žurnalą „Viltis“.

Prieš 10 metų „Vilties“ stovykloje Danutė parašė eilėraštį.

Eilėraštis buvo apie viltiečius.

Vitas sukūrė eilėraščiui muziką.

Dainą viltiečiai kartu dainuodavo stovykloje.

Dabar daina skamba Čikagos lietuvių renginiuose.

Vitas perduoda linkėjimus viltiečiams.

Ypač tiems, kurie jį dar prisimena.

Jis nori vėl apsilankyti Lietuvoje.

Tada visi kartu galėsime dainuoti.

„Eisim kartu – mes nepaklysim.

Aš ir tu su viltimi kartu.”