

# Globala



Nr. 4 (16),  
2016 m., gruodis



Kokie mums buvo 2016-ieji?

4 p.



Gyvūnų poveikis sergantiems  
psichikos ligomis

10 p.



Kalėdų proga – angelų pasakos

15 p.

Mielai,

pašventint Diežiasis metų šventis, kai visas Mūsų  
atjungia bendrumas. Visiškai jaunas, lydiatentis  
kiekvieną išaušusią šią ir atėjusių naujų metų  
dieną. Neatitaukame tikėj, nes tik Tikėjimas ir  
Pasitikėjimas yra įsaga, išlydanti mus skaitančias  
stovas.

Sv. Kalėdų ir artėjančių Naujųjų metų proga linkiu  
iš naujo ir dar kartą atvesti diežiasią mus visus  
vienijančią dovaną - Gyvenimą. Sankame jį  
sąjūnais, nepamirškame pasidėlioti savo brangiu  
laiku su šalia esančiais žmonėmis, dovanokime  
padijanančius žvilgsnius, Sypsenas, žesčius - tai  
vertingiausia, ką galime duoti vieni kitiems.

Kiekvieno Jūsų širdis tepasitęka Tikėjimas, Viltis ir  
Maitis.



Naujųjų metų departamento prie  
Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos  
direktorė  
Asta Kondratavičienė

## Paskirtas naujas socialinės apsaugos ir darbo ministras



Kartu su naujai išrinkta Vyriausybe darba  
pradėjo naujas socialinės apsaugos ir darbo  
ministras Linas Kukuraitis.

Linas Kukuraitis gimė Panevėžyje, mo-  
kėsi Vilniaus tikslųjų, gamtos ir techni-  
kos mokslų licejuje (dabar Vilniaus licejus).

2001 metais Vilniaus universitete, Filsofi-  
jos fakultete įgijo socialinio darbo bakalau-  
ro laipsnį, 2003 metais – magistro laipsnį.

Nuo 1997 metų paskirtasis ministras dir-  
bo socialiniu pedagogu, socialinių projektų  
koordinatoriumi. Nuo 2001 metų vadovavo

VšĮ Pal. J. Matulaičio socialiniam centrai,  
dirbo apmokymų vadovu, taip pat Vilniaus  
universitete ėjo socialinio darbo lektoriaus  
pareigas. Nuo 2005 metų užėmė Vilniaus  
arkivyskupijos „Caritas“ vadovo pareigas.

Linas Kukuraitis aktyviai dalyvavo pro-  
fesinių organizacijų veikloje – dvi kaden-  
cijas yra buvęs Lietuvos socialinio darbo  
tarybos prie Lietuvos Respublikos socia-  
linės apsaugos ir darbo ministerijos nariu,  
Lietuvos „Caritas“ tarybos nariu, taip pat  
Vilniaus arkivyskupijos karitatyvinių-socia-  
linių reikalų tarybos prie Vilniaus kurijos  
nariu, yra VšĮ Pal. J. Matulaičio socialinio  
centro steigėjas.

Ministras įnešė didelį indėlį kuriant Lie-  
tuvos jaunimo mokymo metodikas ir progra-  
mas, vadovavo mokymams jaunimo socia-  
linės pedagoginės veiklos srityse, tokiose kaip  
socialinis darbas su jaunimu, savanorystės  
skatinimas, vadovavo projektams, skirtiems  
kovos su skurdu, socialinių inovacijų ska-  
tinimo, išėjusių iš įkalinimo vietų žmonių  
integracijai, taip pat atstovavo Lietuvai ES  
organizacijose socialinės situacijos analizės  
kontekste.

Socialinės apsaugos ir darbo ministras  
Linas Kukuraitis yra vedęs, su žmona augi-  
na penkis vaikus.

*Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos  
informacija ir nuotrauka*

# Savarankiško gyvenimo namų trejų metų sukakties proga – angelo skulptūra

**Lina Jakubauskienė**

Spalio viduryje Naujojoje Vilnioje įsikūrę Savarankiško gyvenimo namai „Savi namai“ paminėjo trejų metų sukaktį. Ta proga gyventojams surengta graži šventė, rodyti spektakliai, koncertai.

Tuo pačiu atidengta ir „Savų namų“ gyventojų Ruslano Šerkšnio sukurta angelo skulptūra.

Ruslanas gyvena savarankiško gyvenimo namuose nuo jų įkūrimo. „Norėjosi kaip nors papuošti mūsų visų namus, sukurti ką nors originalaus, savito. Kitose įstaigose esama koplytėlių, kitokių sakralių vietų. Pas mus tokios iki šiol nebuvo. Taip gimė mintis iš medžio išskaptuoti angelą,

kuris tarsi saugotų „Savus namus“, – pasakoja vyras.

Jis pats nupirko tinkamą skulptūrai ąžuolą. „Medį teko išdžiovinti, apdirbti, parengti darbui. Iš viso drožimo darbai truko apie pusę metų. Vėliau skulptūrą teko dar šiek tiek taisyti, tobulinti. Skulptūros meno šiek tiek teko mokytis gyvenant Jasiuliškių globos namuose, tad šis darbas man nebuvo naujiena“, – aiškina Ruslanas.



Angelo skulptūrą Ruslanui pavyko baigti iki Savarankiško gyvenimo namų gimtadienio. Tą dieną ji ir pristatyta kitiems „Savų namų“ gyventojams. Ruslanas tiki, jog per Kalėdų šventę jo skulptūra bus pašventinta.

R. Šerkšnys – gabus menininkas. Jis ne tik kuria skulptūras iš medžio, bet ir tapo. Savo kūrybinių parodų jis kitais metais planuoja surengti sostinėje įsikūrusioje Medicinos bibliotekoje.

*Autorės nuotraukos*

# Osvaldui Žvirbliui – tautodailininko pažymėjimas

**Lina Jakubauskienė**

Į Lietuvos tautodailininkų gretas šiais metais įsiliejo neįgalųjų bendruomenei gerai pažįstamas Osvaldas Žvirblis. Jo iš šiaudų kuriamuose darbuose gausu tautiškų, liaudiškų motyvų.



Osvaldas turi negalią, tačiau jis puse etato dirba Vilniaus universiteto Psichiatrijos klinikos Psichosocialinės reabilitacijos skyriuje, moko besigydančius kurti darbelius iš šiaudų.

Lietuvos tautodailininkų sąjungos Vilniaus bendrijos vadovė Ramutė Kraujalienė sako, kad Osvaldo darbai puikiai atitiko sąjungos tikslus – puoselėti liaudiškas tradicijas. „Tik pamačiusi Osvaldo dirbinius supratau, kad jis gali būti tautodailininkų sąjungos nariu. Jo darbeliai originalūs, kurdamas jis naudoja gamtines medžiagas. Tokių menininkų kaip Osvaldas nedaug ne tik sostinės regione, bet ir visoje Lietuvoje“.



Tapęs Lietuvos tautodailininkų sąjungos nariu, Osvaldas turėjo progos pademonstruoti savo darbelius Švenčionyse vykusioje Vilniaus regiono konkursinėje liaudies meno parodoje „Aukso vainikas“. Iš viso parodoje Osvaldas pristatė šešis savo kurtus paveikslus iš lino ir šiaudų.

Prieš tai Osvaldo paroda galėjo pasigrozėti Vilniaus universiteto Psichiatrijos klinikos darbuotojai ir lankytojai.

Osvaldas turi ir planų ateičiai. Jo svajonė – per ilgą laikotarpį sukurtų darbų paroda Vilniaus Medicinos bibliotekoje.

*Autorės nuotraukos*

# Kokie mums buvo 2016-ieji?

**Lina Jakubauskienė**

Kiekvieno žurnalo puslapiuose stengiamės papasakoti apie bent vieną iš po šalį išsibarščiusių Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos skyrių. Šįkart sumanėme paklausti Jūsų pačių – ką nuveikėte per 2016-uosius? Skaitytojų dėmesiui – bendrijų, sutikusių pasidalinti savo darbo patirtimi, įspūdžiai apie praėjusiuosius.



## Kelmėje – dėmesys tarpusavio bendravimui

Kiekviena iš bendrijų vykdo skirtingas veiklas, tačiau jų tikslas vienas: padėti psichikos negalią turintiems žmonėms įgyti ar atgauti kasdienio gyvenimo įgūdžius, integruotis į bendruomenę.

Kelmėje daugiausia dėmesio skiriama kasdienės veiklos įgūdžiams palaikyti bei ugdyti, savarankiško gyvenimo įgūdžių, saviraiškos, kūrybiškumo lavinimui. Čia veikia savipagalbos grupė, taip pat rankdarbių būrelis. Negalią turintis asmenys atsiskleidžia kurdami įvairius darbelius, o bendraudami tarpusavyje įgyja didesnę pasitikėjimą savimi ir juos supančia aplinka, tampa savarankiškesni, atranda dvasios ramybę, šilumą, turi galimybę išsikalbėti.

Bendrijos nariai šiais metais dalyvavo respublikinėje negaliųjų darbų parodoje mugėje „Tau, Vilniau“, Kelmės negaliųjų mugėje, organizavo derliaus šventę, dalyvavo savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo ir palaikymo

stovykloje Šventojoje, šventė įvairias šventes. Bendrijos pirmininkei dažnai tenka bendrauti su neįgaliaisiais ne tik darbo valandomis, bet ir po darbo, kartais tenka išklausti ir naktį.

Kadangi Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos Kelmės skyriaus patalpos yra VšĮ Kelmės rajono Psichikos sveikatos centre, bendrijos neįgalieji, atvykę į užsiėmimus, gauna ne tik socialines rehabilitacijos, bet ir psichiatro, psichologo, socialinio darbuotojo, psichikos sveikatos slaugytojų paslaugas.

## Telšiškiai – dainingi ir kūrybingi

Telšių bendrija 2016-aisiais vykdė socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projekte numatytas veiklas. Susirinkę į bendriją, visi kartu gamino rankdarbius, dainavo folkloro ansamblyje.

Psichikos negalią turintis asmenys turėjo galimybę pailsėti Šventojoje, dalyvauti dainų šventėje „Uždainuokime kartu“, parodoje

mugėje „Tau, Vilniau“, kur demonstravo savo dirbinius bei prekiaavo jais.

Savo rankomis sukurtais darbais prekiauta ir mugėje „Būkime kartu“.

Telšių bendrijos vadovai žmonėms su negalia surengė kelionę į Klaipėdą prie jūros bei į mini zoologijos sodą. Folklorinis ansamblis „Ratu, ratu“ šiais metais dalyvavo Telšiuose surengtoje šventėje „Mūsų muzikos diena“.

## Pasvaliečiai mėgsta keliauti

Pasvalio krašto klubo „Užjaušk draugą“ bendruomenė šiais metais daug keliavo. Aplankyta vakarinė Lietuvos dalis, kelias dienas ilsėtasi prie jūros Šventojoje.

Rugsėjo mėnesį pasvaliečiai dalyvavo parodoje mugėje „Tau, Vilniau“, vyko į Taujėnų dvarą Ukmergės rajone, pabuvojo operetėje Kauno muzikiniame teatre. Taip pat parengė menines programas Pasvalio aklųjų ir silpnaregių draugijos nariams, Lietuvos sutrikusio intelekto žmonių globos bendrijos „Viltis“ lankytojams. Visi noriai dalyvavo šiaurietiško ėjimo mokymuose.



## Vilkaviškiečiams – ministerijos įvertinimas

Jau dvylika metų Vilkaviškio rajono sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija vadovauja nenuilstanti, visada pasirengusi padėti, pagelbėti neįgaliesiems žmonėms pirmininkė Albina Tiunaitienė. Bendrijoje – daug darbščių žmonių, kuriančių įvairius darbelius. Visi ypač mėgsta kepti pyragus, dainuoti ansamblyje „Radastėlė“.

Vilkaviškiečiai taip pat gamina suvenyrus, velia šlepetes, daro suvenyrines dėžutes iš odos, medelius iš karoliukų ir dar daug įvairių darbų. Visi kartu dalyvavo mugėje „Tau, Vilniau“, kalėdinėje mugėje Vilkaviškyje. Bend-





rijos nariai bendrauja su Didvyžių socialinės globos namais, kviečiami dalyvauti jų rengiamose šventėse su darbeliais ir dainomis.

Pasaulinei psichikos sveikatos diena paminėti Didvyžių socialinės globos namai kartu su bendrija surengė koncertą Vilkaviškio visuomenėi, kuriame dalyvavo tuometis Ministras Pirmininkas Algirdas Butkevičius, socialinės apsaugos ir darbo ministerijos viceministras Antanas Burinskas, miesto meras Algirdas Neiberka. A. Burinskas įteikė padėkos raštą nuo tuometinės ministrės Algimantos Pabedinskienės pirmininkei A. Tiunaitienei už nuopelnus rūpinantis žmonėmis, turinčiais psichikos negalią.

Bendrijos nariai labai kūrybingi. Birutės Vaišnienės eilės skamba vilkaviškiečių atliekamose dainose, Raimundo Aleksos eilėraščiai spausdinami rajono laikraštyje. Taip pat rengiamos poezijos popietės, visi noriai dalyvauja Vilkaviškio menų asociacijos „Volungė“ renginiuose.

## Šiluviečių veikla – įvairi

Šiluvos neįgaliųjų globos bendrijoje šiais metais darbas vyko kaip įprastai. Neįgalieji rinkosi į jų taip mėgstamas veiklas: bendravo, dirbo darbelius ir dainavo.

Vasarą būrelis bendrijos narių poilsiaavo savarankiškumo ugdymo stovykloje Šventijoje, džiaugėsi galimybe apsilankyti delfinariume. Plačiau apie Šiluvos bendriją, jos darbus, džiaugsmus bei rūpesčius šiais metais rašyta žurnale „Globa“.

## Mažeikičiai mėgsta bendrauti

Mažeikių bendrijoje „Gyvenimo spalvos“ besilankantys neįgalieji ir jų šeimos na-



riai šiais metais mokėsi elementarių socialinių įgūdžių: buities ruošos darbų, etiketo, kultūringo tarpusavio bendravimo. Taip pat sprendė vienas kito problemas, įvairius gyvenimiškus klausimus.

Bendrijos nariai kartu pramogavo; visi labai mėgsta ekskursijas, piknikus gamtoje, vasaros stovyklas prie jūros. Kartu šventė kalendorines šventes, bendrijos narių gimtadienius, dalyvavo parodose, mugėse, įvairiose neįgaliųjų šventėse. Dalyvauta ir respublikinėje neįgaliųjų dainų šventėje „Uždainuokime kartu“.

## Kėdainiečiai į savo veiklą įtraukia ir šeimos narius

Kėdainių rajono sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos tikslas – sudominti bendrijos narius įvairia veikla,



įtvirtinti kasdienius bei socialinius įgūdžius, siekti nugalėti stigmą, bendrauti ir bendradarbiauti. Susirinkę neįgalieji mokosi rankdarbių, sveikos mitybos pagrindų ir pan. Labiausiai mėgstami rankdarbiai, suteikiantys galimybę realizuoti kūrybinius sumanymus. Darbeliai demonstruojami minint Pasaulinę psichikos sveikatos dieną bei šv. Kalėdų proga.

Susirinkę kėdainiškiai piešia, lipdo, klausosi muzikos, bendrauja. Bendrijos nariai mėgsta diskutuoti su psichologe įvairiomis temomis, bendradarbiaujama su „Visuomenės sveikatos biuru“, organizuojamos paskaitos ir praktiniai sveikos mitybos užsiėmimai. Maistas čia pat ruošiamas ir ragaujamas. Vyksta susitikimai su šeimos nariais, kur aptariamos problemos, dalijamasi patyrimais. Bendrijos nariai kasmet dalyvauja vasaros savarankiškumo stovykloje prie jūros, iš kurios grįžta pailsėję, pasisėmę naujų jėgų ir kupini gražiausių emocijų.

## Plungiečiai mėgsta poeziją



Plungės bendrijoje vykdytas projektas „Socialinės rehabilitacijos paslaugos neįgaliesiems bendruomenėje“. Susirinkę į užsiėmimus, žmonės mokėsi kūrybinio rašymo. Visiems patinka bendravimo valandėlės, kurios panašios į savitarpio pagalbos grupės užsiėmimus. Be to, vyko užsiėmimai su psichoterapeutu, kurie labai reikalingi ir naudingi psichikos sutrikimų turintiems žmonėms. Plungiečiai šiemet mokėsi reikšti savo jausmus, pamilti save, įgyti pasitikėjimo savimi, vertinti save, taip pat susitvarkyti su kylančiu pykčiu bei agresija.

Plungėje taip pat vyko judesio užsiėmimai, neįgalieji mokėsi floristikos pagrindų, dainavo, klausėsi muzikos. Vyko poezijos užsiėmimai, kur eilėraščiai buvo ne tik skaitomi ir aptariami, bet ir nagrinėjami, kuriamos poetinės kompozicijos. Plungiečiai sukūrė kompozicijas „Metų laikai“ pagal S. Gribauskienės poeziją, „Odė džiaugsmui“ pagal J. Ivanauskaitės poezijos knygą, „Briliantinė naktis“ pagal P. Širvį, „Prometėja“ pagal J. Marcinkevičiaus poemą

Nukelta į 6 p.

„Heroica, arba Prometėjo pasmerkimas“, o metų pabaigoje pradėjo repetuoti „Vizijas“ pagal V. Mačernio eilėraščių ciklą „Vizijos“.

## „Lemties bičiuliai“ mokosi pamatyti grožį

Širvintiškiai daugiausia dėmesio skiria aktyviam ir pasyviai laisvalaikiui. Per metus organizuojamos viena ar dvi edukacinės išvykos po gražiausias Lietuvos vietas – kad neįgalieji turėtų progos pamatyti aplinkos grožį, pakelti akis į dangų. Jie mano, jog aplinkos vaizdo pakeitimas – lyg simbolis, mažinantis įtampą, didinantis pasitikėjimą savimi. Tai ir galimybė pasitikrinti save kitose socialinėse situacijose, įgyti bendravimo patirties, įvairių fizinių, emocinių ir intelektualinių įgūdžių, praplėsti akiratį, pagerinti tarpusavio santykius. Tokiu būdu tarp neįgaliųjų atsiranda supratingumas, išiklausymas į kito nuomonę. Matyti vaizdai, patirti įspūdžiai išlieka ilgam, jie aptariamai visus metus.



Lydimi gidų, širvintiškiai jau aplankė Ignalinos rajoną, Zarasus, Kauną, Kaišiadorių rajoną, Molėtus, Anykščius, Šiaulius, Kryžių kalną ir vienuolynus, Druskininkus, Pakruojo dvarą ir daug daug kitų vietovių. Išvažinėtos Vilniaus ir Širvintų apylinkės. Širvintiškiai juokauja, kad jau ateina metas dairytis į užsienio valstybes.

## Tauragiškiai labiau pasitiki savimi

Tauragės bendrijoje didžiausias dėmesys skiriamas kasdienės veiklos įgūdžiams ugdyti, higienos įpročiams formuoti. Ne mažiau svarbu ir elgesio normos visuomenėje bei prie stalo, maisto gaminimo, kitų įgūdžių palaikymas bei atkūrimas.

Visi tauragiškiai mėgsta rankdarbius: suvinėti, megzti, piešti, lipdyti, kurti kompozicijas, paveikslus, karpyti, dekupažo darbus. Per meninių gebėjimų lavinimo užsiėmimus mokomasi dailiojo skaitymo, vaidybos. Už-



siėmimus veda muzikos vadovas. Bendrijos nariai labai mėgsta dainuoti. Šiomet tauragiškiai dalyvavo renginyje, skirtame Motinos dienai, respublikiniame renginyje „Uždainuokime kartu“, Psichikos sveikatos dienos paminėjime, Neįgaliųjų dienos minėjime.

Tauragės bendrijoje veikia ir savipagalbos grupė, kur skatinama bendrauti tarpusavyje, tenkinami bendravimo poreikiai. Šiomet vyko paskaitos „Stresas ir jo valdymas“, „Relaksacijos pratimų mokymas“, kurias skaitė savanorė, turinti socialinės pedagogikos ir psichologijos aukštąjį universitetinį išsilavinimą.

Žmonės, besilankantys bendrijoje, yra įvairaus amžiaus, visi jie nori bendrauti, išsikalbėti. Atsidūrę visuomenėje, kartu su savo likimo draugais, neįgalieji nesijaučia vieniši, labiau pasitikintys savimi, išmoksta daug naujų dalykų.

## Klaipėdiečiai – veiklūs

Klaipėdos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija vykdė „Socialinės reabilitacijos bendruomenėje“ projektą. Pagrindiniai užsiėmimai – rankdarbių ir kasdieninių įgūdžių įtvirtinimas, taip pat teiktos asmeninio asistento paslaugos. Klaipėdiškiams patinka sportuoti, taip pat vertingos psichologo konsultacijos bendrijos nariams ir jų artimiesiems.

Klaipėdiškiai šiemet lankėsi Šilutėje, Telšiuose, rengė išvykas į muziejus. Taip pat dalyvavo neįgaliųjų sporto šventėje, lankėsi spektakliuose, parodose. Šiomet Klaipėdos bendrija persikėlė į naujas patalpas, kurias skyrė Klaipėdos miesto savivaldybės pagal panaudos sutartį.



## Vilniečiai – darbštūs ir aktyvūs

VšĮ Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos lankytojams ir specialistams šie metai buvo labai produktyvūs. Surengta daug išvykų, ekskursijų, pradėtos įgyvendinti naujos veiklos. Lankytojai įgijo naujų žinių ir įgūdžių, lavino kūrybinius sugebėjimus.



Po užsiėmimų savo lėšomis žmonės negalia lankė muziejus, dalyvavo ekskursijose ir išvykose, kur patyrė daug įspūdžių ir džiugių akimirkų. Bendruomenės nariai įsijungė į naują labdarinę veiklą ir savanoriškai dalyvavo „Maisto banko“ akcijoje.

*Nuotraukos – Linos Jakubauskienės  
ir iš bendrijų archyvo*

# Ne tik duoti, bet ir gauti

## Lina Jakubauskienė

Jau trečiąjį kartą Vilniaus rajono centrinėje poliklinikoje surengta Vilniaus rajone veikiančių užimtumo kambarių lankytojų darbėlių kalėdinė mugė. Poliklinikos darbuotojai bei lankytojai galėjo įsigyti dailių mezginių, siuvinių, atvirukų, kitokių suvenyrų.

## Darbeliai – su meile

Pasak Vilniaus rajono centrinės poliklinikos užimtumo kambario socialinės darbuotojos Robertos Uselytės, pasirengimas Kalėdų šventei užimtumo kambariuose kasmet prasideda gerokai iš anksto. Svarstoma, kokius darbelius pasiūlyti mugės lankytojams, gaminami kalėdiniai sveikinimai, iš įvairiaspalvių karoliukų veriamos eglutės, gaminamos žvakidės, mezgamos šiltos kojines, ruošiamos kitokios šiai šventei tinkančios dovanos.

„Kalėdinė mugė jau tapo gražia mūsų poliklinikos tradicija. Kasmet užimtumo kambarį lankantys psichikos neįgalieji stengiasi sukurti vis gražesnių, kruopštesnių darbėlių. Į mugę visada malonu užsukti poliklinikos darbuotojams, pasigrožėti, įsigyti gražių dirbinių, į kurias įdėta daug meilės, rūpesčio. Žmonių su negalia pagaminti suvenyrai visada pradžugina mūsų šeimos narius, giminaičius, artimuosius, draugus“, – sako Vilniaus rajono centrinės poliklinikos Psichikos sveikatos centro vedėja Loreta Vaitkutė-Maigienė.

Pasak jos, dirbančių, kuriančių žmonių sveikata būna geresnė. „Tuomet ir mums, medikams, darbo būna mažiau. Todėl nuoširdžiai džiaugiamės, kad mūsų poliklinikoje veikia toks užimtumo kambarys, kad kasmetėse mugėse galime pamatyti jį lankančių žmonių darbo rezultatus“.

Psichikos sveikatos centro vedėja viliasi, kad graži tradicija tęsis ir toliau, kad žmonės su psichikos negalia dar nesyk pradžiugins visus savo kurtais darbėliais.

## Visi – kaip šeima

Vilniaus rajono centrinės poliklinikos vyr. socialinė darbuotoja Janina Šokaitienė sako, kad prieš dvylika metų prasidėjusi užimtumo kambarių veikla išaugo į gražią neįgaliųjų bendrystę. „Nevyriausybinių organizacijų dėka neįgaliuosius imtasi „ištraukti“ iš atskirties, suvienyti. Labai džiaugiuosi, kad per šį laikotarpį spėjome susidraugauti, kad dabar esame tarsi viena šeima, kur gera visiems“.

Pasak jos, užimtumo kambario lankytojai ne tik kuria gražius, meniškus darbus – susirinkę jie gali pasidalinti ir savo rūpesčiais, ir



džiaugsmas. „Toku būdu turėtą ne tik tie, kurie lankosi mūsų poliklinikoje. Tai – neįkainojama patirtis ir mums, darbuotojams. Gimę tarpusavio ryšiai nuolat auga, stiprėja, vieni kitus mokome pakantumo, meilės, atjautos“.

J. Šokaitienės teigimu, kiekvienais metais į gražiausiomis metų šventėms kuriamus darbelius užimtumo kambarių lankytojai stengiasi sudėti ir savo sielą. „Norisi tikėti, kad panašūs žmonėms su psichikos negalia skirti projektai nesibaigs, kad dar ne vienus metus galėsime būti kartu. Tačiau net jei finansavimas užimtumo kambariams nebebus skiriamas, tikiu – rasime būdų, kaip susirinkti, pabūti kartu. Juk šeima ir yra šeima, tokie ryšiai lengvai nenutrūksta“.

## Projektai – tęstiniai

VšĮ Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos direktorė Algė Nariūnienė tikina, kad užimtumo veikla, finansuojama per socialinės reabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projektus, artimiausiu metu tikrai nesibaigs, projektai bus tęsiami.

„Kiek galėdami stengiamės prisidėti, kad neįgaliųjų kūrybai nepritrūktų lėšų, kad jie turėtų iš ko nusipirkti darbėliams reikalingų priemonių. Džiaugiuosi, kad Vilniaus rajono užimtumo kambariuose dirba nuostabi komanda – darbuotojos, kurios myli žmones, visada linkusios atjausti neįgaliuosius ir jiems padėti“, – sako A. Nariūnienė.

Pasak jos, tam, kad neįgaliųjų rankose gimtų originalūs darbėliai, tenka nemažai pastangų įdėti ir užimtumo kambarių vadovėms. „Džiaugiuosi, kad visos mūsų darbuotojos stengiasi pirmiausiai spręsti neįgaliųjų problemas. Darbuotojai keičiasi, tačiau senųjų vietą užima nauji, ne mažiau entuziastingi ir norintys padėti silpniesiems“.

A. Nariūnienės teigimu, svarbu ir tai, kad per užsiėmimus neįgalieji kuria praktiškus, buitįje pritaikomus dirbinius. Tokie darbėliai mugės lankytojų dėmesį patraukia pirmiausia.

## Padėkos – aktyviausiems

Gruodžio pabaigoje surengta mugė tapo ne tik gražia švente, bet ir galimybe apibendrinti metų rezultatus, pabūti kartu, padėkoti vieni kitiems. „Užimtumo kambariūje lankausi neseniai, tačiau jau spėjau čia pritapti. Esu labai dėkinga vadovėms, kurios padeda mums neformaliai, priima mus nepaisydamos pasibaigusio ar dar neprasidėjusio darbo laiko. Visada jaučiuosi laukiama, čia visada norisi atvykti“, – sakė Vilniaus rajono centrinės poliklinikos užimtumo kambario lankytoja Janina.

Jai antrino ir Nemenčinės užimtumo kambarį lankantis Ivanas. „Man užimtumo kambarys – tarsi antrieji namai, kur esu visada laukiamas, kur darbuotojai atjaučiantys ir visada linkę padėti. Džiaugiuosi, kad yra tokios paslaugos, kurios mums labai reikalingos“.

Nemenčinės užimtumo kambario projekto vykdytoja Natalija Daudienė, dirbanti pirmus metus, pasidžiaugė, kad užimtumo kambariuose daugėja lankytojų, norinčių gauti paslaugas. „Puiku, kad į užsiėmimus ateina kūrybingi, iniciatyvūs žmonės. Iš jų išmokau daug originalių darbėlių, kaskart pasisemiu naujų idėjų. Toku būdu visi mokomės vieni iš kitų“.

Neseniai užimtumo kambariūje pradėjusi dirbti psichologė Kristina Piročkinienė pasidžiaugė darbo vieta, kur galima ne tik dalintis gėriu, bet ir jį gauti. „Čia sutikau daug nuostabių žmonių, patyriau daug gražių emocijų. Tikiuosi, kad gražus mūsų visų bendravimas tęsis dar ne vienus metus“.

VšĮ Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos direktorė Algė Nariūnienė tiek darbuotojams, tiek užimtumo kambarių lankytojams dėkojo už nuoširdų darbą, visiems aktyviausiems įteikdama padėkos raštus.

# Darbas ir psichikos sveikata



## Lina Jakubauskienė

Koks darbo poveikis žmonėms, turintiems psichikos negalią, kaip žmogų veikia psichosocialiniai stresai darbe – apie tai kalbėta Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos surengtoje konferencijoje „Psichikos sveikata dabo aplinkoje“.

## Psichikos sveikata prastėja

Pasak Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovo Vaidoto Nikžentaičio, žmogus gali produktyviai dirbti tik tuo atveju, jei darbo aplinka palanki psichikos sveikatai. „Tačiau praktika rodo, jog Lietuvoje padėtis šioje srityje dar nėra gera. Remiantis Pasaulinės psichikos organizacijos atliktų tyrimų duomenimis, norint, kad psichikos sveikatos aplinka darbo vietoje būtų gera, reikia į ją investuoti“.

Valstybinio psichikos sveikatos centro direktorė Ona Davidonienė sako, jog psichikos sutrikimai pasaulyje yra antroje vietoje tarp lėtinių susirgimų, tampančių negalios priežastimi. Prognozuojama, jog iki 2030-ųjų jie jau bus pirmoje vietoje.

Gdytoja daug tikisi iš naujosios vyriausybės paskelbtos programos, kur daug dėmesio skiriama bendruomeninėms paslaugoms, ambulatorinės pagalbos plėtrai, šeimos gydytojų paslaugoms, psichikos sveikatos paslaugų plėtrai, paslaugų priartinimui prie žmogaus, dienos stacionarų plėtrai ir pan. „Svarbu, kad pažadus lydėtų realūs darbai ir realūs finansai“, – sako O. Davidonienė.

Pasak jos, praktika rodo, jog turėti darbą žmogui yra labai svarbu. „Rajonuose, kur

bedarbystė didžiausia, didžiausias ir savizudybių kiekis. Svarbu tai, kad žmonės gautų pagalbą kuo arčiau gyvenamosios vietos“.

O. Davidonienės teigimu, psichikos sveikatai įtakos turi ir geri santykiai darbe. „Visi esame skirtingi – vienas vykdytojas, kitas – vadovas. Svarbu, kad įstaigos vadovas rastų žmogui tinkamiausią vietą, geriausias pareigas. Kai žmogus dirbs jam tinkantį darbą, tuomet stresų darbe kils mažiau“.

## Moksliniai metodai

Apie biometrinių ir intelektinių technologijų taikymą streso ir emocijų valdyme kalbėjo Vilniaus Gedimino technikos universiteto prof. habil. Dr. Artūras Kaklauskas.

Pasak jo, kalbant pasakoma tik nedidelė dalis to, ką norima pasakyti. Kiti dalykai perduodami neverbaliniais signalais. „Yra tūkstančiai kūno kalbos signalų, kurių kiekvienas kažką reiškia. Visą sudėjus, gauname visą informaciją apie žmogų“. Profesorius taip pat pristatė rekomendacines streso analizės sistemas, klausimynus, kuriuos galima susirasti ir internete. Ten pateikiama daug patarimų, kaip kovoti su stresu. „Įrodyta, jog geriausiai veikia greitas ėjimas. Valanda greito ar vidutiniško ėjimo, ir spaudimas krenta, pasitaisto nuotaika“.

Higienos instituto Profesinio sveikatos centro Tyrimų skyriaus vyresnysis specialistas Arūnas Žiedelis kalbėjo apie psichosocialinį stresą darbe ir jo valdymo galimybes.

Pasak jo, su stresu susiduria visi, tačiau ne visi geba su juo susidoroti. Tam, kad stresų kiltų mažiau, svarbi tinkama darbo aplinka, darbo turinys, sąlygos organizacijoje. Svarbu, kad darbdavys pastebėtų darbuotojo sugebėjimus, juos įvertintų. A. Žiedelis pristatė sukurtus streso darbe valdymo standartus, kalbėjo, kaip juos įmonės turėtų įsidiesti.

Jis taip pat aiškino, kaip dera valdyti konfliktus darbe. Tyrimai rodo, kad jų darbovietėse patiria beveik pusė darbuotojų.

A. Žiedelis taip pat pristatė parengtą konfliktų valdymo metodiką bei metodines rekomendacijas, skirtas padėti sukurti tokią aplinką, kur derėtų darbas ir asmeninis gyvenimas.

## Pagalba turintiems psichikos negalia

VšĮ „Rastis“ direktorė Rūta Lukošaitytė kalbėjo apie asmenis su psichikos negalia ir jiems tinkančias darbo vietas. Remdamasi savo įstaigos patirtimi, ji dalijosi patarimais, kaip padėti žmogui su psichikos negalia ne tik įsidarbinti, bet ir išilaikyti darbo vietoje ilgesnį laiką.

Pasak R. Lukošaitytės, ypač jautrūs stresoriams darbe šizofrenija sergantys žmonės. „Labai svarbu šiems žmonėms padėti įveikti stresą, sukurti tokią darbo aplinką, kuri būtų rami, emociškai šilta, be konfliktų, reikalavimų, net jaudinančių pramogų. Praktika

Nukelta į 9 p.

rodo, jog neįveikus streso, psichikos negalia turintis žmogus tiesiog pasitraukia iš darbo aplinkos“, – sako R. Lukošaitytė.

Jos teigimu, labai svarbu ir darbdavio gebėjimas bendrauti su turinčiais psichikos negalia žmonėmis, mokėti įvertinti ne tik silpnąsias, bet ir stipriąsias neįgalaus darbuotojo puses.

VšĮ „Vilties žiedas“ Socialinių paslaugų centro padalinio vadovė Gintė Motiejaitienė kalbėjo apie asmenų su psichikos negalia darbinį įgūdžių tobulinimą psichosocialinės reabilitacijos procese.

Jos teigimu, labai svarbu žmonėms su psichikos negalia parinkti tinkamą specialybę pagal kiekvieno individualius poreikius. „Labai svarbu ir asmens profesinių gebėjimų atkūrimas arba naujų išugdymas. Mokome žmones ne tik specialybės – naudojame socialines ir psichologines priemones, kad žmogus gebėtų prisitaikyti darbinėje aplinkoje“, – sako G. Motiejaitienė.

Pasak jos, svarbi ir pagalba įsidarbinant, ir išsilaikant darbo vietoje. Tam reikia nuolat konsultuoti darbdavius, kad jie kurtų žmonėms su psichikos negalia tinkančią aplinką.

## Dirbančiųjų sveikata geresnė

Valstybinio psichikos sveikatos centro vyriausioji specialistė Jelena Stanislavovienė skaitė pranešimą tema „Darbuotojų psichikos sveikata ir jai įtakos turintys psichosocialiniai darbo aplinkos veiksniai“.

Pasak jos, atlikti tyrimai rodo, jog dirbančiųjų sveikata geresnė nei bedarbių. Tačiau darbe žmonės susiduria su įvairiomis problemomis. „Labai svarbu atrasti veiksnius, kurie būtų pavojingi darbuotojui ir įvertinti, kada jie sukels pavojų sveikatai. Visose darbo vietose turėtų būti atlikas sveikatos rizikos vertinimas“.

Jos teigimu, veiksniai, sukeliantys stresą, gali būti susiję su darbo reikalavimais: tai ir per didelis darbo krūvis, tempas, darbuotojų sugebėjimų ir galimybių atlikti užduotis neatitikimas, neaiškios darbo užduotys, laiko trūkumas užduotims atlikti. Dar viena veiksnų grupė susijusi su tarpusavio santykiais ir santykiais su darbdaviu. „Psichikos sveikatai stiprinti labai svarbios yra ankstyvos intervencijos, atitinkančios kiekvieną amžiaus tarpsnį. Psichikos sveikatos programos visada atsiperka, nes tik sveiki darbuotojai gali dirbti produktyviai“, – sako J. Stanislavovienė.

Apie psichosocialinius rizikos veiksnius socialiniame darbe kalbėjo Anykščių socialinės globos namų Burbiškio grupinio gyvenimo namų filialo vadovas Edmundas Vaitiekus.

Pasak jo, tai, kad socialiniai darbuotojai nuolat susiduria su stresais darbe, niekam nėra naujiena. Jiems tenka bendrauti su agresyviais klientais, o kitų institucijų pagalbos sulaukiama ne visada. Be to, socialiniams darbuotojams mokami atlyginimai pernelyg maži – tai taip pat dibantiems šį darbą sukelia stresą.

E. Vaitiekus pristatė atliktas socialinių darbuotojų apklausas, rodančias, kad dirbantys šį darbą neretai patiria tiek fizinės grėsmės, tiek psichologinį spaudimą, jaučia stresą ir nerimą dėl savo ar kliento saugumo,

taip pat baime, paniką, bėjėgiškumą, jaučiasi nevertinami, išsekę.

„Būtina numatyti socialinio darbuotojo reabilitacijos priemones ir jų finansavimo mechanizmą. Darbo užmokestis turėtų būti diferencijuojamas pagal įvertintas patiriamas grėsmes ar kitus veiksnius“, – siūlo E. Vaitiekus. Be to, pasak jo, derėtų gerinti fizinę darbo aplinką, kad vieta būtų patogi ir saugi, sudaryti sąlygas dalintis darbo patirtimi.

VšĮ Vadybos ir psichologijos instituto profesorė Aistė Diržytė kalbėjo apie psichologinius veiksnius, gerinančius darbinę aplinką. Pasak jos, psichologinė gerovė darbe ypač svarbi. Jei darbo aplinka netinkama, mažėja darbuotojų produktyvumas, iniciatyvumas ir t. t.

Pasak jos, psichologinė gerovė priklauso nuo to, kiek žmogus yra patenkintas savo gyvenimu, ar gerai jaučiasi savo darbo aplinkoje, bendraudamas su kolegomis. Labai svarbu ir to, kas daroma, prasmė. „Jei žmogus darbe įprasmina savo patirtis, yra motyvuotas siekti savo tikslų, ir jo psichologinė sveikata bus geresnė“.

A. Diržytė sako, jog darbo aplinkoje labai svarbi emocinė šiluma. „Kai ji yra, žmogus sušyla, atsiskleidžia, auga. Puiku, kai darbo vietoje yra galimybė tenkinti dirbančiojo emocinius poreikius. Svarbi ir saugi darbo aplinka“.

Pasak A. Diržytės, labai svarbu, kad organizacija puoselėtų tam tikras vertybes, laikytųsi socialinės atsakomybės principų. „Žmonės nori dirbti ten, kur propaguojamos žmogiškosios vertybės ir socialinė atsakomybė. Tik tokiu atveju jie jausis gerai, jų psichologinė savijauta bus gera“.

*Autorės nuotraukos*

## IN MEMORIAM

**ZITA MIGULIOVA**  
**(1955-09-17 – 2016-11-10)**

Lemtis išvedė, gal ten, kur saulė šviečia,  
Gal ten, kur skausmo ir rūpesčių nėra...



Žmogus – tik žemės svečias. 2016-ųjų lapkričio 12 d. atsiveikinti su Zita ėjo draugai, bendradarbiai, bendraminčiai, giminės ir kolegos.

Apmadau, kad pačiame jėgų žydėjime mirtis pasiglemžė iškilias asmenybę, ryškiai švietusią Elektrėnų krašto gyvenime. Ji buvo Elektrėnų bendruomenės iniciatyvų centro steigėja, kuriam vadovavo 10 metų. Lygiagrečiai dirbo su savivaldybės žmonių su negalia grupe ir įkūrė bendriją „Spindulys“, kurios pirmininke buvo iki mirties.

Zita sumaniai vadovavo bendruomenei: būrė žmones, organizavo renginius, susitikimus su kūrėjais ir įžymiais žmonėmis. Buvo labai išradinga, principinga, sąžininga ir visada pasirėngusi pagal galimybes padėti kitam. Už gerą darbą apdovanota padėkomis, Garbės raštais, o 2004 m. buvo pripažinta Elektrėnų Metų žmogumi ir gavo nominaciją „Už nuopelnus socialinėje srityje“ 2005 m. jai skirtas Didžiojo Lietuvos Kunigaikščio Gedimino Vilniaus apskrities Metų apdovanojimas.

Liko neišsipildžiusios svajonės, nebaigti darbai, sumanymai, projektai, neįgyvendintos mintys ir viltys. Ji išėjo netikėtai, palikusi atverstą gyvenimo knygą...

Šviesus Zitos Miguliovos atminimas ilgam išliks ją pažinojusiųjų, kartu dirbusių ir bendradarbiavusių, ir draugavusių žmonių širdyse.

Ilsėkis ramybėje, Zitule.

*Elektrėnų savivaldybės žmonių bendrija „Spindulys“*

# Gyvūnų poveikis sergantiems psichikos ligomis

**Lina Jakubauskienė**

Tai, kad gyvūnai veikia šalia esančius žmones, aišku visiems. Dar 1960-aisiais Niujorko psichiatras B. Levinsonas pastebėjo, jog gyvūnai, dalyvaujantys gydyme, padeda psichiatrai užmegzti artimesnį ryšį su pacientais.

Apie gyvūnų terapijos integracijos galimybes į medicininę ir socialinę reabilitaciją kalbėta Šiaulių universiteto Sveikatinimo, hipoterapijos ir sporto centro, Neįgaliųjų jėjimo asociacijos ir Kurtuvėnų regioninio parko surengtoje mokslinėje konferencijoje „Gyvūnų terapija: dabartis ir ateities įžvalgos“.



## Reglamentuoti – būtina

Pasak Sveikatos apsaugos ministerijos Ne-tradicinės medicinos iniciatyvų koordinavimo skyriaus vedėjos Jūratės Martinonienės, nors gyvūnų terapijos nauda įrodyta, ši papildomosios ir alternatyviosios medicinos sričiai priskiriama terapija Lietuvoje kol kas neregamentuota. „Jei norima ką nors naujai reglamentuoti, būtina parengti atitinkamus dokumentus. Kol kas vis dar trūksta specialistų, kurie teiktų tinkamas terapijos paslaugas. Kai jas teikia reikiamų praktinių žinių negaunantys žmonės, visuomenė gauna neteisingą informaciją, paslaugos diskredituojamos, jos gali būti nesaugios“, – sakė J. Martinonienė.

Tam, kad gyvūnų terapijos ir kitos alternatyvios ir papildomos medicinos paslaugos būtų reglamentuotos, Sveikatos apsaugos ministerija pateikė Vyriausybei numatomo teisinio reguliavimo poveikio vertinimo pažymą. Šio dokumento esmė – integruoti pa-

pildomosios ir alternatyviosios kurios medicinos sritį į nacionalinę sveikatos sistemą.

## Alternatyvi medicina

Pasak Lietuvos Sveikatos universiteto profesoriaus Aleksandro Kriščiūno, tradicinė medicina neišgydo visų ligų. „Praktika rodo, jog aštuoni iš dešimties žmonių, apsilankusių pas gydytojus, lieka nepatenkinti. Todėl jie ieško alternatyvios medicinos. Kaip tik todėl derėtų išskirti dvi medicinos rūšis – klasikinę ir alternatyviąją“.

Alternatyvi medicina – tai holistinis požiūris į žmogų, pripažįstantis kūno ir sielos vienybę. Alternatyviosios medicinos rūšių esama labai daug – tai ir kinų medicina, ir Ajurveda, ir pan. Viena alternatyviosios medicinos rūšių – ir gyvūnų terapija. Apie šios terapijos įvairovę, problemas bei perspektyvas kalbėjo Šiaulių universiteto profesorius Vytautas Gudonis.

„Gyvūnų terapija – tai į tikslą orientuota intervencija, kai gyvūnas, atitinkantis spe-

cifinius kriterijus, yra neatsiejama terapijos proceso dalis. Šios terapijos tikslas – pagerinti žmonių fizinę, socialinę arba emocinę būklę“, – sakė V. Gudonis.

Pasak jo, pirmoji užfiksuota įstaiga, kur gyvūnai naudoti terapijos tikslais, buvo Jorko prieglauda Anglijoje. Ši terapija taikyta psichiatrijos pacientams. „Tai buvo kitoks požiūris į psichikos ligas, padedantis mažinti pacientui skiriamų vaistų kiekį. Nuo tada pozityvus gyvūnų poveikis nustatytas eksperimentais. Įrodyta: ši terapija padeda įveikti stresą, netektis, vienvatę, sutrikimų pasekmes ir kitus negatyvius reiškinius“.

JAV „Delta“ draugija, įkurta 1977-aisiais, atsakinga už pasaulyje vykdomų mokslinių tyrimų kaupimą. Tarp jų – ir naminių gyvūnų vaidmens tyrimas, ryšio su žmonėmis efektas psichinei bei fizinei sveikatai.

Pasak V. Gudonio, kol kas Lietuvoje populiariausia delfinų terapija. Tačiau sparčiai populiarėja ir hipoterapija (žirgų terapija) bei kanitarapija (šunų terapija).

## Padeda įvairios terapijos

Klaipėdos Jūrų muziejaus atstovė dr. Brigita Kreiviniene pasakojo apie delfinų terapiją, kuri vykdoma jau penkiolika metų. „Viskas prasidėjo nuo to, kai į mus 2001-aisiais kreipėsi tėvelis iš Lenkijos su autizmo sutrikimą turinčiu vaiku. Taip prasidėjo bandymai, kurie buvo paremti subjektyviais stebėjimais – kaip gerėja vaiko būklė, kas pasikeitė, ar jis geriau valgo, miega ir panašiai. Tokiu būdu buvo sukurta profesionalių mokslininkų komanda, kuri renka duomenis apie delfinų terapiją“.

Šiuo metu delfinariume daugiausia dirbama su įvairių sutrikimų turinčiais vaikais. Be delfinų terapijos, jiems taikomos ir kitos terapijos rūšys.

Ateityje žadama daugiau dėmesio skirti suaugusiems pacientams. „Vis daugiau žmonių susiduria su įvairiomis psichologinėmis problemomis. Daugėja nerimo, įtampos būsenų. Todėl ateityje žadame parengti delfinų terapijos rūšis, kurios padėtų šių sutrikimų turintiems žmonėms“, – sako B. Kreiviniene.

Planuojama ir ateityje tęsti tiek delfinų, tiek žmogaus mokslinius tyrimėjimus, plėtoti mokslinę bazę.

## Žirgų terapija – psichikos sveikatos priežiūroje

Apie tai kalbėjo Vilniaus universiteto vaikų ir paauglių psichiatriė, gydytoja rezidentė,

neįgaliųjų jėjimo instruktorė Viktorija Palubeckienė. „Gyvūnų terapija turi įvairiapusių poveikį žmogaus sveikatai. Hipoterapijos tikslas – pagerinti paciento fizinę būklę, tačiau nustatyta, kad esama ir emocinio poveikio“, – sakė V. Palubeckienė.

Dar viena taikomos terapijos rūšis – tai gydymasis jėjimu, kuris apima įvairias veiklas su žirgais, kai siekiama pagerinti tiek fizinę, tiek psichologinę, tiek socialinę būklę. „Įrodyta, jog žmogų veikia ir žirgo šukavimas, jo paruošimas užsiėmimams, vedžiojimas. Šios terapijos tikslas – ne pasiekti jėjimo aukštumų, bet gerinti sveikatos būklę“, – sakė V. Palubeckienė.

Žmonėms, turintiems psichologinių sutrikimų, taikoma ir psichoterapija su žirgais. Tokiu atveju žirgas – kaip priemonė, pagalbinkas, koterapeutas siekiant geresnės psichologinės savijautos. Taikant šią terapiją, žirgai bėgioja laisvi, palaidi, dirbant remiamasi kitais principais nei taikant hipoterapiją ar gydymą jėjimu.

Pasak V. Palubeckienės, JAV atlikti tyrimai rodo, jog gydymasis jėjimu padeda vaikams su autizmo spektro sutrikimais. Po dešimt savaičių trukusios jėjimo programos pagerėja vaikų darbingumas, sumažėja stereotipinis elgesys, hiperaktyvumas ir kt.

2015-aisiais atlikti tyrimai ir su hiperaktyvumo sutrikimą turinčiais vaikais. Tyrimas parodė, jog po žirgininkystės programos sumažėjo hiperaktyvumo požymiai, pagerėjo vaikų dėmesio koncentracija, sumažėjo impulsyvumas, vaikai tapo dėmesingesni. Taip pat sumažėjo šių vaikų nerimas, agresyvus elgesys ir panašiai. „Tyrimų šioje srityje dar atlikta per mažai, tačiau ir jie leidžia suprasti, kad ši terapija turi teigiamą poveikį ir gali būti taikoma kaip papildoma gydymo priemonė“, – sakė V. Palubeckienė.

Svarbus ir psichosocialinis žirgų poveikis psichologinių problemų turintiems vaikams. Taikant žirgų terapiją, lavėja vaikų pažintiniai įgūdžiai, patiriamas džiaugsmas, padidėja pasitikėjimas savimi, gerėja socialinė integracija. Pagerėja ir suaugusių, turinčių intelekto negalią, būklė – jie tampa savarankiškesni, paprasčiau integruojasi į visuomenę.

## Padeda ir šunys

Pranešimą tema „Kaniterapija ir psichinė sveikata: ar šuo gali padėti?“ konferencijoje skaitė Vilniaus universiteto Kaniterapijos asociacijos prezidentė Vilmantė Pakalniškienė. „Žmogui reikia gamtos, o gyvūnas – gamtos dalis. Žmonės gerai jaučiasi būdami šalia gyvūno. Žmogus, prisijaukinęs šunį, pajuto, jog jis turi poveikį. Buvimas su šunimi pagerina psichologinę būklę“.

Pasak jos, kaniterapija nėra nauja veikla, ji atsirado seniai, tačiau išpopuliarėjo tik pastaraisiais dešimtmečiais. „Kaniterapija pa-



saulinėje praktikoje apibrėžiama kaip alternatyvus ir pagalbiniis gydymo reabilitacijos būdas, kuris, be abejo, negali pakeisti vaistų“.

Tai – vienas iš būdų pasiekti geresnės fizinės bei psichinės sveikatos, pagerinti pažintinius bei socialinius įgūdžius. Šiai terapijai naudojamas specialiai paruoštas šuo, tačiau, V. Pakalniškienės teigimu, terapiją atlieka ne šuo, o su juo dirbantis terapeutas. „Šuo niekada nedirba vienas, kartu dirba kaniterapeutas, medikas, psichologas, logopedas ar kitas specialistas. Jie turi žinoti, koks užsiėmimas turi būti, turi gerai pažinti šuns charakterį. Dažniausia dirbama su žmonėmis individualiai ar labai mažose grupėse“.

Ji taip pat pristatė keletą tyrimų, atliktų su įvairių sutrikimų turinčiais žmonėmis. „Tyrimai rodo, jog kaniterapija gerina

psichinę žmogaus būklę, sumažėja nerimas, nakties, tamsos baimės. Taip pat mažėja polinkis į depresiją, vienišumo jausmas, pagerėja savivertė“.

Jos teigimu, kaniterapija ypač gerai veikia vaikus. Padidėja jų pasitikėjimas savimi, atsiranda sritis, apie kurią gali pasikalbėti su draugais. „Vaikai eina susitikti su šunimi ir apie tai pasakoja draugams. Tokiu būdu gerėja jų socialiniai įgūdžiai“, – teigia V. Pakalniškienė.

Pasak jos, tyrimais įrodyta, jog kaniterapija nėra magija, tai – alternatyvus gydymo būdas. „Dirbti su gyvūnu pacientams smagu. Net jei šuo nieko nedaro, tik yra šalia, žmonių nuotaika keičiasi“.

*Autorės nuotraukos*

# Pastangos davė vaisių: palangiškiai kuriasi naujose patalpose

**Lina Jakubauskienė**

Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos Palangos skyrius pagaliau kuriasi naujose, jaukiose, šiltose patalpose. Neįgalieji gyvena džiugiais įkurtuvių rūpesčiais ir net blogiausiame sapne nebenori prisiminti dešimtmečio, kai tekdavo rinktis tamsiame pusrūsyje, nuolat užliejamame kanalizacijos nuotekomis.



## Džiaugiasi permainomis

„Naujų patalpų raktus gavome lapkričio pirmąją. Kol kas dar tik susivežėme daiktus ir kuriamės – tiek baldai, tiek neįgaliųjų darbeliai „tebeieško“ savo vietų. Dar daug ko trūksta, taigi sukame galvas, kur rasti rėmėjų. Tačiau šie rūpesčiai – malonūs. Esame laimingi, jog pagaliau gyvensime žmoniškomis sąlygomis“, – džiaugiasi bendrijos vadovė Anė Petrikenė.

Moteris sako daug metų siekusi atkreipti savivaldybės vadovų dėmesį į sąlygas, kuriomis buvo priversta gyvuoti Palangos bendrija. Tačiau tik sutelkus vietos bendruomenės, miesto savivaldybės bei Neįgaliųjų reikalų departamento pastangas, palangiškių bėdos baigėsi.

## Padėjo visi

Pasak Neįgaliųjų reikalų departamento direktorės Astos Kandravičienės, prireikė nemažai kryptingo darbo, kol problemos sprendimas pajudėjo iš mirties taško.

„Palangos bendrijos situacija man buvo apibūdinta kaip beviltiška. Tiek Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos, tiek Palangos bendrijos vadovė ne kartą ieškojo pagalbos įvairiose institucijose. Kai Palangos savivaldybė nereagavo ir į departamento prašymus, kreipėmės į Seimo kontrolierių. Po to dar ne sykį siuntėme užklausas Palangos savivaldybės vadovams. Kai pastarieji suprato, kad visuomenei ši pro-

blema svarbi, ir jiems ji ėmė atrodyti svarbi. Labai džiaugiuosi palangiškių įkurtuvėmis – tai pavyzdys ir kitoms organizacijoms, kad, turint tikslą ir veikiant visiems drauge, bet kurią problemą išspręsti įmanoma“, – sako A. Kandravičienė.

Į žmonių su psichikos negalia bėdas dėmesį atkreipė ir Palangos bendruomenė, kurią išjudino viešąjį interesą atstovaujanti asociacija „Palangos balsas“.

Pasak jos vadovo Egidijaus Aleksiūno, išgirdę ir pamatę, kokiomis sąlygomis gyvena psichikos negalią turintys žmonės, asociacijos nariai negalėjo likti nuošalyje. „Supratome, jog problemą išspręsti gali tik jos viešinimas. Apie sąlygas, kokiomis priversti gyvuoti miesto psichikos neįgalieji, skelbėme ir diskutavome „Facebook“ socialiniame tinkle. Tuomet į problemą dėmesį atkreipė vietos spauda. Palangiškių reakcija buvo audringa. Galima tik pasidžiaugti, kad mūsų žmonės neabejingi svetimo skausmui, linkę atjausti labiau pažeidžiamus visuomenės narius. Bendruomenės pozicija ir valia negalėjo nepasiekti ir miesto vadovų“.

E. Aleksiūnas kreipėsi ir į tuometinį Ministro Pirmininko patarėją sveikatos klausimais Antaną Vinkų, kuris taip pat neliko abejingas palangiškių bėdoms. „Užkalbinau šį žmogų per Palangos koncertų salės atidarymą. Trumpai pristaciau rūpimą klausimą, sutarėme susitikti sostinėje bei išsamiau aptarti bendrijos problemas. Per susitikimą parodžiau ambasadoriui nuotraukas, papasakojau, kokiose patalpose renkasi psichikos negalią turintys žmonės. „Šį klausimą reikia spręsti neatidėliojant“, – tokia buvo A. Vinkaus reakcija. Tokiu būdu bendros visų pastangos davė vaisių, ir žmonės su psichikos negalia kuriasi naujose patalpose“, – džiaugiasi E. Aleksiūnas.

## Patalpos suremontuotos

Palangos miesto savivaldybė sutrikusios psichikos žmonių bendrijai skyrė patalpas miesto centre, buvusios pradinės Smilčių mokyklos patalpose. „Atsiradus laisvoms patalpoms patogesnėje miesto vietoje, buvo atsižvelgta į bendrijos prašymą skirti jas neįgaliesiems. Savivaldybės taryba, pakoregavusi

biudžetą, skyrė ir lėšų pritaikyti šias patalpas neįgaliesiems“, – sako Palangos miesto savivaldybės mero patarėja Jurgita Vanagė.

Jos teigimu, 200 kv. metrų ploto patalpos atnaujintos: pakeistos grindys, lubos, perdažytos sienos, įrengti nauji sanitariniai mazgai, elektrinė šildymo sistema. Taip pat atnaujintas neįgaliesiems skirtas įvažiavimas į patalpas. Remontas savivaldybei atsiėjo per dvidešimt tūkstančių eurų.

Dabartinėse bendrijos patalpose – du erdvūs kambariai, taip pat koridorius, kurių bendrijos nariai žada išnaudoti; jame įsikurs iš senųjų patalpų atsigabenti treniruokliai. „Šiek tiek baugina tai, kad mums skirtos patalpos šildomos elektra. Baiminamės, ar mums pakaks iš projektinių lėšų skiriamų pinigų susimokėti už komunalinius mokesčius“, – sako A. Petrikenė.

J. Vanagė patikina: problemų neįgaliųjų bendrijoms dėl mokesčių už komunalinius patarnavimus Palangoje niekada nėra buvę. „Savivaldybės taryba visuomet geranoriškai sprendžia šiuos klausimus. Jei Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos Palangos skyriui kils sunkumų dėl mokesčio už šildymą, šis klausimas tikrai bus išspręstas“.

## Dėkingi už pastangas

Tiek A. Petrikenė, tiek visi Palangos bendrijoje besilankantys neįgalieji dėkingi visiems, kurie prisidėjo prie jų problemos sprendimo. „Norėtūsi viešai padėkoti visiems, kurie neliko abejingi mūsų bėdoms – tiek Neįgaliųjų reikalų departamento vadovams, tiek asociacijai „Palangos balsas“, tiek miesto savivaldybei. Dabar jau sunku pasakyti, kieno pagalba buvo svarbiausia, kas buvo ta lietuviškos pasakos apie raunamą ropę pelytė, kurios įdėtos pastangos buvo lemtingos“, – šypsosi A. Petrikenė.

Pagalbos psichikos negalią turintys palangiškiai sulaukia iki šiol. „Asociacija „Palangos balsas“ skyrė mums mikroautobusą daiktams persivežti, padėjo persikraustyti. Be to, jie dovanavo didžiulį stalą, prie kurio bendrijos nariai galės kurti naujus darbelius, bendrauti, išgerti arbatos ar kavos“, – džiaugiasi A. Petrikenė.

Dėl iš esmės pagerėjusių sąlygų neįgaliesiems Palangoje džiaugiasi ir A. Kandravičienė. „Nuo žmonių darbo sąlygų priklauso ir jų darbo vaisiai. Labai svarbu tai, kad žmonės su negalia turėtų kur ateiti, pabūti kartu. Įkurtuvių proga norėtūsi palinkėti palangiškiams įvairiopo sėkmės ir kuo daugiau nuveikti naujose patalpose“.

*Palangos bendrijos nuotrauka*

# Psichikos sveikatos dieną paminėjo drauge

Lina Jakubauskienė

Kasmet spalio 10-ąją pasaulis mini Psichikos sveikatos dieną. Šiomet Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ ugdytiniai šią datą paminėti nusprendė netradiciškai. Į svečius pakviesti kolegos iš Lietuvos psichikos negalios žmonių bendrijos „Giedra“.



## Minima visur

Pasaulinę psichikos sveikatos dieną minėti 1992-aisiais pasiūlė Pasaulinė psichinės sveikatos federacija. 2001-aisiais šventę patvirtino Generalinė asamblėja. Ši diena minima ir Lietuvoje. Tą dieną organizuojamuose renginiuose skatinama dalyvauti ne tik medikus, pacientus, bet ir visuomenės atstovus.

Šiųmetės Psichikos sveikatos dienos šūkis – „Pirmoji psichologinė pagalba“. Visame pasaulyje vykusiuose renginiuose stengtasi pabrėžti, kaip svarbu psichologinių problemų turinčiam žmogui pagalbą suteikti laiku. Ypač daug dėmesio skirta specialistų, kurių profesija – būti arčiau žmonių, mokymams. Tai – mokytojai, medikai, ugniagesiai, bendruomenių atstovai bei policijos pareigūnai. Pirmieji susidurdami su sudėtingose situacijose atsidūrusiais žmonėmis, jie turi žinoti, kaip suteikti pirmąją psichologinę pagalbą.

Pasak Vėžlės „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ direktorės Algės Nariūnienės, labai



svarbu matyti, kaip jaučiasi bet kuris šalia esantis žmogus. Dirbant su psichikos problemų turinčiais žmonėmis tiesiogiai, svarbu atpažinti ir artėjančio atkryčio požymius. „Kaip rodo patirtis, žmonėms, turintiems psichikos negalią, labai svarbios įvairios užimtumo veiklos. Kai turi širdžiai mielos veiklos, šie žmonės serga rečiau, vartoja mažiau vaistų, nepakliūva į gydymo įstaigas“, – sakė A. Nariūnienė.

Pasak jos, Psichikos sveikatos dienos minėjimas kelia nevienareikšmių jausmų. „Žinoma, norėtusi, kad visi būtume sveikti, kad nereikėtų minėti tokių datų. Tačiau, antra vertus, labai svarbu ir tai, kad, išstikus problemai, susirgus, turite kur ateiti, pabūti kartu“, – kalbėjo A. Nariūnienė.

## Pasikvietė į svečius

Susitikimui su „Giedros“ atstovais lankantys „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ užsiėmimus kruopščiai ruošėsi. Iš vakaro papuošė patalpas, pagamino „Sveikatos medį“, prikepė gardžių pyragų. Kartu su muzikos vadove Julija Kovalenko dar ir dar kartą repetavo dainas, kuriomis žadėjo pradžiuginti naujuosius draugus.

Atvykę kolegos iš „Giedros“ pasitiktai aplo-dishmentais. Iš pradžių jautėsi šiek tiek nejaukiai, giedriečiai greitai įsidrąsino. Jie pasakojo apie savo bendrijos veiklą, dalijosi įspūdžiais. Bendrijos vadovas Giedrius Sadzevičius pristatė savo veiklas. Besilankantys „Giedroje“ mokosi siuvimo, siuvinėjimo, gamina papuošalus iš bižuterijos. „Giedroje“ besilankančios moterys gražiai mezga, prekiauja savo darbe-

liais įvairiose mugėse bei parodose.

Neįgaliesiems taip pat teikiama pagalba namuose, padedama tvarkytis buityje. „Giedra“ rūpinasi ir apgyvendinimo problemomis – Švenčionių rajone, Magūnuose, turi įsigiję sodą, kur veikia savarankiško gyvenimo namai. Šiuo metu juose gyvena apie dešimtį psichikos negalią turinčių žmonių. Teisininko išsilavinimą įgijęs G. Sadzevičius teikia „Giedros“ nariams ir teisinę pagalbą, atstovauja jų interesams teismuose. Įspūdžiais apie „Giedrą“ pasidalijo Stanislova. „Man gera čia ateiti, gera pabūti kartu su visais. Kai gerai jautiesi, ir liga atsitraukia. Labai svarbu mylėti vieniems kitus, mylėti gyvenimą ir save“.

Apie savo veiklą giedriečiams pasakojo Vėžlės „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ socialinė darbuotoja Vilma Kunsmonaitė. Tuo, kad turi kur ateiti, džiaugėsi tarnybos rengiamus užsiėmimus lankantis Vladas. Vyras mėgsta įvairias veiklas, tačiau labiausiai jam patinka dainuoti bei keliauti. „Savo ansamblį pavadiname „Draugyste“. Su savo programa dalyvaujame įvairiose šventėse. Užsiėmimuose visi jaučiamės puikiai – gauname psichologo pagalbą, kalbame apie svarbius dalykus, dainuojame, šokame. Norėtusi, kad pas mus ateitų ir daugiau draugų“.

## Programa

Šventišką programą jau tradiciškai parengė kūrybinga bei išmonės nestokojanti V. Kunsmonaitė. Ji kalbėjo apie tai, kaip svarbu gražūs santykiai tarp žmonių. „Reikia, kad žmonės bendrautų tarpusavyje, nestatytų sienų, kitokių žmonių nelaikytų grėsme. Mylėkime artimą, ir pasaulis aplink mus ims keistis į gera“, – sakė Vilma. Jos teigimu, meilė padeda įveikti ligas, nugalėti neįgijamas emocijas. Svarbu – matyti kitą žmogų šalia, laiku ištiesti jam pagalbos ranką.

Svečiai iš „Giedros“ kartu su „Draugystės“ ansamblio dalyviais traukė jiems žinomas dainas, sukosi šokio sukuryje. Renginio pabaigoje visi sudainavo „Mūsų dienos kaip šventė“. Ant iš anksto pasigaminto simbolinio „Sveikatos medžio“ visi surašė savo palinkėjimus. Gražūs žodžiai surašyti ir ant vėjo malūnelių, kurie vėliau buvo išnešti į lauką, kad galėtų džiuginti visus Viršuliškių bendruomenės narius.

Šventė baigėsi tradicine bendra nuotrauka kieme, taip pat kukliomis vaišėmis ir draugiškais pokalbiais prie stalo.

*Autorės nuotraukos*



# Skemuose paminėta neįgaliųjų diena



## Lina Semeniukienė

Skemų socialinės globos namų užimtumo specialistė

Gruodžio 2-ąją Rokiškio kultūros centre vyko koncertas „Stiprus, kai tu šalia“, skirtas neįgaliųjų dienai paminėti. Tradicija tapęs renginys, septynioliktus metus sukviečiantis šalies socialinės globos namų kolektyvus, Rokiškyje vyko jau šeštą kartą.

## Dalyviai – iš visos Lietuvos

Koncertą vedė renginio iniciatorė Gema Jurgelevičienė ir Rokiškio kultūros centro kultūrinės veiklos vadybininkas Simas Laurikėnas. Atlikėjus ir žiūrovus pasveikino Panevėžio vyskupas emeritas Jonas Kauneckas ir kiti garbūs svečiai.

Į Rokiškį atvyko Aukštelkės, Didvyžių, Kalvarijos, Kupiškio, Lavėnų, Linkuvos, Skemų, Strėvininkų, Veisiejų, Visagino, Zarasų, Prūdiškių, Jurdaičių, Jotainių socialinės globos namų ir Obelių vaikų globos namų dainininkai, šokėjai ir muzikantai. Jiems talkino Gerda Stiklickienė, Asta Pilypaitė, Česlovas Gabalis, Aleksandras Ivanauskas, Vladas Kovaliovas, Indrė Launikonytė, Henrikas Balčiūnas, Viktorija Mauručaitė, Antanas Čapas, Vitalijus Pauliukas, Alius Miliauskas, Virgilijus Valuntonis, Dainius Griesius, Alydas Jegelevičius, Irena Ulvydaitė ir kapela „Sadūnai“.

## Neįgaliuosius palaikė profesionalai

Koncerto programą linksmomis dainomis pradėjo kaimynai zarasiškiai ir kaimo kapela „Sadūnai“. Su Visagino socialinės globos namų gyventojais koncertavęs kompozitorius Alydas Jegelevičius teigė, kad tokie renginiai yra pati geriausia meno terapija, suteikianti neišdildomus įspūdžius ir neįgaliams, ir „sveikiams“ žmonėms.

Pirmą koncerto dalį užbaigė spalvingas Obelių vaikų globos namų auklėtinių ir roko

kaimo bendruomenės centru vykdė projektą „Kultūrinių veiklų paletė“. Projektas prasižėdė balandžio mėnesį Rokiškio krašto muziejuje neįgaliųjų poetų ir skaitovų konkursu „Nuvesk mane į vasarą“.

Birželio mėnesį vyko septynioliktasis „Medžio drožybos, kalvystės, skulptūros, dailės ir langinių tapymo pleneras“. Jo dalyviai – ir profesionalūs, ir mėgėjai dailininkai, skulptoriai, kalviai, medžio drožėjai. Savo kūriniams jie papuošė naują dvasinį centrą – vandens nugeležinimo stotyje ir apleistame vandens bokšte įrengtą koplyčią ir varpinę. Jubiliejui buvo skirti ir sporto renginiai – vasarą vykusios tinklinio ir krepšinio varžybos.

Rugsėjo mėnesį Rokiškyje Nepriklausomybės aikštėje vyko „Linksmaturgis su tradiciniais amatais“, kuriame dalyvavo neįgaliųjų meno kolektyvai ir amatininkai iš Lietuvos ir Latvijos. Artėjant Tarptautinei muzikos dienai, įvyko pirmasis koncertas Skemų kaimo koplyčioje, atvėręs naujos koncertinės erdvės duris. Jį padovanojo Rokiškio Rudolfo Lymano muzikos mokyklos mokytojai ir mokiniai.

Renginių ciklą 80-čiui paminėti vainikavo koncertas „Stiprus, kai tu šalia“. Koncerto klausytojams ir dalyviams buvo padovanotas projektinis leidinys „Kultūrinių veiklų paletė“, kurį išleido Skemų socialinės globos namai ir Antanašės kaimo bendruomenės centras.

## Kūrė angelus

Visus metus jubiliejaus organizatoriai renginiuose dalyvavusiems kolektyvams dalino medinius angelų ruošinius, kuriuos puošė socialinės globos įstaigų gyventojai. Į paskutinį jubiliejinį koncertą „Stiprus, kai tu šalia“ atkeliavo penkiolika įvairiai išdabintų angelų. Jų paroda vyko Rokiškio kultūros centro fojė. Pertraukos metu keletą angelų puošė koncerto dalyviai ir žiūrovai.

Skemų socialinės globos namų 80-mečio jubiliejinių renginių išpūdingos akimirkos ilgam išliks dalyvių ir žiūrovų širdyse.

*Autorės nuotraukos*



# Kalėdų proga – angelų pasakos

**Lina Jakubauskienė**

Šiais metais VŠĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ lankytojai šv. Kalėdų šventės sutiko netradiciškai. Jiems surengta jauki, šilta, džiaugsminga šventė su Kalėdų seneliu ir būriu angelų.



Šventės laukimo nuotaikomis užsikrėtė visi. Besilankantieji tarnybos rengiamuose užsiėmimuose kartu su socialine darbuotoja Vilma Kunsmonaite popieriniais angelais dabino patalpas, puošė eglutę, ruošė vaišes, rašė linkėjimus vieni kitiems.

Išgirdę žinią „Kalėdų senelis atvyko“, visi, užsimitę paltus, išskubėjo į lauką. Gaila, prieššventinis laikotarpis šiemet buvo be sniego, tad Kalėdų seneliui pakeliui iš Šiaurės teko palikti roges kartu su elniu Rudolfu ir atkelti iki bendrijos pėsčiomis. Tačiau tai nėmaž nesugadino nuotaikos nei sene-

liui, nei jį pasitikusiems šventės dalyviams.

Akordeonu užgrojęs ir uždainavęs Kalėdų senelis, kurio kostiumu šįkart pasipuošė Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovas Vaidotas Nikžentaitis, išjudino ne tik „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ lankytojus, bet ir Viršuliškių bendruomenės narius – pasižiūrėti šventės iš savo kabinetų išėjo ir netoliese įsikūrusių įstaigų darbuotojai. Kartu su Kalėdų seneliu visi dainavo, žaidė žaidimus, sukosi šokio sukūryje.

Vėliau šventė tęsėsi bendrijos patalpose. V. Kunsmonaitė drauge su neįgaliaisiais ir muzikos vadove Julija Kovalenko sukūrė šventės scenarijų, parinko dainas. Per repeticijas kiekvienas šventės dalyvis stengėsi kuo geriau įsiminti tekstą, rinkosi tinkamus rekvizitus. Šių metų Kalėdų švenčių laukimo tema – angelai. Apie šiuos dangaus gyventojus, stebingus žvaigždes ir žmones, V. Kunsmonaitė pasekė inscenuotą pasaką, kurios veiksmė dalyvauti skatino ir susirinkusius žiūrovus.

Inscenuota pasaka – ne tik apie angelus; joje šiltai ir jautriai kalbėta apie žmonių tarpusavio santykius, godumą, dosnumą bei gerumą. „Norėjosi pabrėžti, kaip svarbu kartais nenorėti per daug turto, pinigų, mokėti pasitenkinti mažais džiaugsmiais ir tuo, ką turi. Be to, mokyti dalintis su aplinkiniais ne tik rūpesčiais, bet ir džiaugsmiais. Tikiuosi, mūsų sukurtas spektakliukas pasiekė kiekvieno širdį“, – sako V. Kunsmonaitė.

Į pasakos tekstą gražiai įsipynė ansamblio „Draugystė“ dainos apie angelus, žiemą ir Kalėdas.

Pabaigoje Kalėdų senelis išdalijo visiems neįgaliesiems ir šventės svečiams kuklias dovanėles. Tiesa, prieš tai kiekvienas turėjo pasakyti visiems nors po keletą gražių žodžių ar palinkėjimų.

*Autorės nuotraukos*



**Lietuvos sutrikusios  
psichikos žmonių  
bendrijos žurnalas  
„Globa“**

**Rėmėjai:**



Redaktorė Lina Jakubauskienė  
Tel. 8 699 788 27  
El. p. lina@cargo.lt  
Dizainerė Ilona Chmieliauskaitė

Redakcijos adresas:  
Viršuliškių g. 34,  
LT-05 110 Vilnius.  
Įmonės kodas 291942170

Spausdino:  
Bendra Lietuvos ir Danijos  
įmonė UAB „Baltijos kopija“.  
Kareivių g. 13B,  
LT-09109 Vilnius

Tiražas 500 vnt.

ISSN 2335-8572



9 772335 857000