Активности во кои ќе бидат вклучени два волонтери од С. Македонија во Друштво за помош на лица со интелектуална попреченост Барка од Словенија (претставништво на меѓународната организација L'Arche International), во рамки на програмата Европски солидарен корпус, за периодот од декември 2020 – декември 2021

1. Работилници

Имаме 4 различни работилници, во кои 18 возрасни лица со интелектуална попреченост работат заедно со асистенти, како и домашни и странски волонтери. Во декември, освен 2 нови волонтери од С. Македонија, ќе имаме и 2 волонтери од Германија , како и волонтери од Словенија.

1.1. Градина

Во рамки на оваа работилница се работи во нашата градина (работилниците се изведуваат во куќа на 2 спрата, која има своја сопствена градина). Тука се учи употреба на различни градинарски алатки, видови растенија, овошја и зеленчук и специфики за растење на секое од нив. Производите од нашата градина ги употребуваме за прехрана.

За кого е оваа работилница? Одлична за оние кои сакаат да се физички активни и во природа, кои ги интересира како сами да продуцираат органска, еколошка и здрава храна за индивидуална употреба, како и естетско уредување на градини.

1.2. Продукција

Оваа работилница ја отвораме кога одредени претпријатија имаат потреба и желба за бизнис соработка со нас. Се работи за едноставна работа која можат да ја работат возрасни лица со интелектуална попреченост, како на пример пакување и етикетирање на одредена количина продукти.

За кого е оваа работилница? Волонтерите тука се вклучуваат во координација, надгледување и мотивација на тим составен од возрасни лица со посебни потреби, кои се задолжени за различни аспекти од работата. Одличен старт за оние кои себеси се гледаат како лидери на тим, во кој треба да согледаат слабости и јаки страни на секој поединец, и на тој начин да ја организираат работата.

1.3. Креативна работилница

Тука рачно се изработуваат различни производи од различни материјали: честитки за различни пригоди, слики, накит, платнени торбици, дневници, свеќи, перници итн. Постојано се изработуваат нови продукти од рециклирани материјали, каи се резултат на идеите кои ги имаат асистентите и волонтерите кои се вклучени во оваа работилница. Секој производ е резултат на заедничка работа меѓу нив и возрасни лица со интелектуална попреченост.

Дел од нашите производи се достапни тука: https://www.skupnostbarka.si/trgovina/

За кого е оваа работилница? Тука се вкучуваат волонтери кои се креативни (или сакаат да бидат), сакаат да работат "со раце", да остваруваат и да развијат вештини за работа: шиење, ткаење, работа со глина, восок, цртање итн.

1.4. Работа со дрво

Слично како во креативната работилница, тука рачно се изработуваат различни производи од различни видови на дрво, пример: дрвен држач за свеќа, кравати, играчки за деца, божиќно дрво, стол, гајби, накит, друштвени игри итн.

За кого е оваа работилница? Тука се вклучуваат волонтери кои се креативни и сакаат да работат со раце, остваруваат и развијат вештини и знаења за работа со различни видови на дрво, како и машини кои се употребуваат во процесот на обратотка на дрвото.

Во сите работилници активно работат возрасни лица со интелектуална попреченост. Волонтерите не работат наместо нив, туку ги учат, поддржуваат и мотивираат лицата со интелектуална попреченост да работат и напредуваат. На почеток, волонтерите се вклучени во сите работилници, а потоа сами одлучуваат која работилница најмногу им одговара.

2. Живеење во заедница (деинституционализација)

Освен просторот во кој изведуваме работилници, поседуваме уште 2 куќи во Збилје, Словенија. Куќите претставуваат заедница, каде секојдневното живеење е организирано како во повеќето фамилии. Во секоја куќа живеат по 5 возрасни лица со интелектуална попреченост, заедно со волонтери од различни држави. Волонтерите имаат посебен спрат, со посебен влез и посебни заеднички простории како кујна, купатило, дневна соба итн.

Возрасните лица со интелектуална попреченост со помош на вработените асистенти и волонтери, како и зависно од своите способности, помагаат при извршувањето на домашните обврски, готвење, чистење и уредување на дворот и градината.

Што ќе правам/научам? Волонтерите тука набљудуваат како се одвива процесот на деинституционализација во пракса и како е организирано живеењето во заедница во која живеат возрасни лица со интелектуална попреченост и млади волонтери од различни држави. Нивната иницијална обврска е осмислување активности преку

кои лицата со попреченост би биле активни во слоето слободно време, кое го поминуваат дома.

Доколку имаат желба да научат повеќе како се нуди индивидуализирана поддршка на возрасни лица со попреченост во нивното секојдневно живеење, може тоа да го направат преку нудење помош на возрасно лице со попреченост при готвење и лична хигиена (целта ни е што поголемо осамостојување на лицата со попреченост, и заради тоа само им помагаме и ги учиме како можат сами да се грижат за својата прехрана и лична хигиена, и не го правиме тоа наместо нив).

3. Подигнување на свеста за лицата со интелектуална попреченост

Организираме различни активности преку кои ја подигнуваме јавната свест за талентите и потенцијалите кои ги имаат лицата со интелектуална попреченост. Тоа го правиме преку различни објави на нашите профили на инстаграм и фејсбук, како и преку веб страната на организацијата. Исто така, секоја година организираме најмалку 4 јавни настани, на кои лицата со интелектуална попреченост сами се претставуваат и воспоставуваат контакт со присутните. Настаните се од полу-формален карактер, со акцент на дружење и воспоставување меѓучовечки односи (пример: меѓународна тиха аукција на уметнички дела, читање книги на отворено, саем на рачно изработени продукти, традицонални активности по повод одбележување одредени празници, настап на танцов фестивал итн.)

Што ќе правам/научам? Спектарот на активности во кои волонтерите можат да се вклучат тука е широк: фотографирање, водење профили на социјални мрежи, wordpress, изработка на видеа, организациско-логистични аспекти при организирање на настани, и најважно, нудење подпора на лице со интелектуална попреченост за време на настан, на начин кој овозможува нивно активно вклучување и претставување себеси на истиот (самозастапување). Преку овие активности волонтерите ќе стекнат практични вештини за водење онлајн профили на граѓански организации, како и вештини за организација на настани со различна тематика и од локален, национален и меѓународен карактер. Воедно, отворени сме за нови идеи и предлози за дополнителни начини/платформи на кои би можеле да се претставуваме и на кои волонтерите имаат желба да работат, за што секако ќе добијат потребна поддршка од наша страна (човечки ресурси, буџет, опрема, време, контакти итн.)

4. Арт терапија

На крајот на 2020 год. официјално ќе биде отворено нашето уметничко ателје, чие функционирање ќе биде слично како Atelier de la Tour во Австрија, каде лица со посебни потреби се поттикнати да се изразуваат уметнички, да ги развиваат и претставуваат своите уметнички капацитети на јавноста. Ќе нудиме арт терапија за различни ранливи категории (возрасни со интелектуална попреченост, средношколци со емоционални и нарушувања во однесувањето, возрасни лица над 65 години), простор за активно и креативно искористување на слободното време за

сите жители во околината, како и меѓугенерациско дружење. Арт терапија и уметнички работилници ќе нудиме во рамки на проектот “Уметноста на соработувањето меѓу различни ранливи граѓани”, кој е финансиран од Европската Унија. Самата изградба и опрема на ателјето е финансиски и идејно поддржана од познати уметници од Австрија, Словенија и Лихтенштајн.

Што ќе правам/научам? Волонтерите ќе бидат вклучени во изведбата на арт терапија/уметнички работилници, односно ќе нудат поддршка на лице со интелектуална попреченост при изведбата на работилниците. Дополнително, ќе добијат можност (по желба) да состават сами програма/активности/настани кои би се организирале во ателјето во периодот кога нема работилници, и за нивна изведба ќе добијат поддршка каква што им е потребна. Оваа активност е одлична за сите кои ги интересира уметност, креативност, различни видови на уметничко изразување (цртање, фотографирање, кипарство, глина, мозаик итн.), арт терапија (или уметничка терапија, односно форма на психо-терапија во која се користат уметнички материјали за експресија), запознавање уметници од Словенија и Европа, идентификација и развивање на уметничките капацитети на различни категории граѓани, но и практична изведба на проект финансиран од Европската Унија.

5. **Fundraising**

Волонтерите ќе бидат вклучени во различни fundraising методи кои ги имплементира тимот за збирање донации: face-to-face, добивање поддршка од бизнис секторот, меѓународни донации, настани, изработка и продажба на производи, нудење различни услуги како организација на други организации/институции, концесија, локални/национални и европски проекти финансирани од различни фондови, волонтирање итн.

Што ќе правам/научам? Волонтерите ќе бидат вклучени во различни активности за збирање донации. По желба, може да бидат вклучени во развој на проектни идеи, пишување на дел од проект (под надзор и со помош на ментор) или извештај за изведба на одредени активности од проекти кои се имплементираат (исто со менторство). Нажалост, поради јазични бариери, волонтерите не можат целосно самостојно да се вклучат во подготовка и изведба на овие активности. Но, целта е да добијат увид во различни методи и да стекнат одредени вештини, кои потоа можат да ги искористат за собирање средства за различни цели во С. Македонија, по завршувањето на нивното волонтирање.

Во слободно време

Ако сте во Збилје:

можете да се шетате покрај езеро, да возите точак (кој го имате на располагање во нашата организација), ролери, скирол или скејт до останатите најблиски населби, да

се качувате на планини, да возите кајак или SUP во езеро, или да го посетите Медводе и да уживате покрај двете води, реките Сава и Сора.

Ако сакате да посетите друг град:

Збилје е населба/село на мало езеро, оддалечено 2 км од Медводе (најблизок град). Најблиски поголеми градови се Љубљана, Крањ и Шкофја Лока. Од Медводе има редовен јавен превоз до сите блиски поголеми градови. Со јавен превоз ви се потребни до 30 минути да се пристигнете на овие локации.