



Poročilo delavnice od mladih do poznih let s KVČB Rogaška Slatina 14.4. - 17.4.2016

Cita Rožanec Ogrizek

V Hotelu Sava-Zagreb v Rogaški Slatini je v času od 14. 4. 2016 do 17. 4. 2016 potekala nadaljevalna šola za odrasle s KVČB. Tokratna tema izobraževanja, ki ga je organiziralo Društvo za KVČB, je bila »Od mladih do poznih let s KVČB«.

Četrtek, 14. 4. 2016

Po prihodu in namestitvah v sobah smo se udeleženci zbrali v predavalnici hotela in, veseli ponovnega snidenja, najprej pokramljali med seboj. Ker smo si imeli toliko povedati, smo se le s težavo zbrali k poslušanju prvega predavanja **Vpliv kronične bolezni na otrokov razvoj**, ki ga je vodila Tina Bergant, dr. med., spec. ped. nevrolog. Povedala nam je, da število otrok s kronično boleznijo v sodobnem svetu narašča, o tem, kako vsaka kronična bolezen vpliva na razvoj otroka in kako lahko starši pomagamo otrokom v posameznih obdobjih razvoja od rojstva do odrasle dobe.

Po kratkem odmoru smo se tako kot po navadi na kratko predstavili vsi udeleženci. Nato je sledilo preverjanje, kako dobro smo si zapomnili imena. Po predstavitvi je namreč sošolka Mira, ki je sonček naših delavnic, vsakemu posamezniku naročila, naj iz škatle, v kateri so bili kartončki z našimi imeni, izvleče ime in ugotovi, kdo je njegov lastnik. Kartonček z imenom nas je nato spremljal vse dni našega izobraževanja. Potem smo na balone, ki nam jih je razdelila Mira, narisali še svoje portrete in jih obesili na veje, iz katerih je na koncu nastalo čudovito drevo.

Po predavanju in spoznavnem delu smo odšli na večerjo in dan zaključili s prijetnim druženjem in plesom.

Petek, 15. 4. 2016

Petek smo začeli z jogo, ki nam je vlila energijo za nov začetek dneva in po zajtrku nadaljevali s predavanjem **Ustvarjanje družine in kronična bolezen**, ki ga je vodila Alenka Gabrovec, univ. dipl. psih. Povedala je, da so starši tisti, ki povzročajo travme pri otroku in da vzorec štirih generacij nazaj vpliva na odnose v družini. Človek ima v življenju vedno izbiro ali bo prevzel »nek vzorec«, ki mu je povzročil travmo, od svojih staršev, ali pa bo naredil spremembo in ga prekinil. V življenju moramo ugotoviti, kaj nam je lastno, verjeti vase in delati spremembe, ne pa delati tistega, česar smo navajeni.

Sledila je delavnica pod vodstvom Anke Stojan, univ. dipl. psih., z naslovom **Partnerski odnos – zakaj nam je tako pomemben**. Poudarila je, da je za dober partnerski odnos pomembno, da znamo prepoznavati lastna čustva, jih znati obvladovati, izražati ter znati sprejemati, spoštovati in se odzivati na čustva partnerja. Na primerih je predstavila tudi načine komunikacije med partnerjema, da ne pride do medsebojnih nesoglasij in sporov, saj je zdrav partnerski odnos najdaljši odnos v našem življenju in zato najpomembnejši za vso družino.

Po kosilu smo imeli prosto popoldne, ki smo ga različno izkoristili. Nekateri smo odšli na sprehod ali plavanje, drugi počivat. Pred večerjo smo prisluhnili še prim. Cvetki Pernat, dr. med., spec. gastroenterolog, ki je predstavila temo **Zdravljenje KVČB med nosečnostjo in dojenjem**. Spregovorila je o vrstah zdravil za zdravljenje KVČB, ki so primerna in varna v posameznih obdobjih nosečnosti in v času dojenja ter o morebitnih stranskih učinkih njihove uporabe.

Tako kot prejšnji večer je po večerji sledilo neobvezno druženje, ki se ga je zopet udeležila večina sošolcev.

Marinka Kravogel

Sobota, 16.4.2016

Tretji dan šole smo se spet zbudili v res lepo, sončno jutro.

Pričeli smo ga z jogo, nadaljevali pa s predavanjem – **Težave mladostnikov pri vključevanju v družbo**, predavateljica Darja Kodrun, univ. dipl. psih. Klub temu, da smo tokratni sošolci že rešeni mladostniških težav s svojimi otroki, nam bo povedano pomagalo pri razumevanju težav in problemov, ki jih imajo že naši vnuki. Tudi na to temo smo imeli kar nekaj vprašanj in dobili koristne odgovore.

Po predavanju smo imeli predstavitev društva, popoldne pa odšli na pohod na Janino, od koder se z razglednega stolpa lepo vidi na bližnjo in daljno okolico Rogaške.

Večer smo zaključili s prijetnim druženjem, nekateri tudi fitnessom, plavanjem in savnanjem.

Nedelja, 17.4.2016

Po pakiranju in odjavi iz hotela smo se spet zbrali v predavalnici, saj smo imeli pred seboj še dve predavanji in zaključek.

Menopavza in andropavza pri osebah s KVČB predavanje Nene Kopčavar Guček, dr.med., spec. druž.med. Predavateljica nam je naše probleme in težave razložila na razumljiv in duhovit način, z zanimivimi primeri, v kateri smo se našli tudi sami. Veseli smo bili tudi vsakega odgovora na naša vprašanja.

O težavah pri zanositvi in nosečnosti pri osebah s KVČB - Eda Bokal, dr.med.spec.ginekolog, je bilo naše drugo predavanje. Zelo dobro nam je predavateljica predstavila težave pri zanositvah in pomoči pri neplodnosti.

Zaključek

Čeprav smo bili v tej šoli večinoma starši, ki imamo že odrasle otroke in smo tudi mnogi že stari starši, nam bodo tudi tokratna predavanja koristila, saj se človek resnično celo življenje uči.

Po predavanjih smo izpolnili anketo in napisali svoje mnenje. Z objemi in upanjem, da se kmalu spet srečamo smo zaključili naše prijetno in poučno druženje.