

au pair amerika in au pair evropa:

# naj leto mojega življenja



**Za menoj je štiridnevna Au pair orientacija v New Yorku. Na letalu proti tokratnemu končnemu cilju se kratkočasim ob gledanju filmov, ki jih predvajajo ves čas. Tako vsaj malo prežinem živčnost, ki jo začutim vsakič, ko pomislim na srečanje s svojo novo družino. Po glavi se mi podijo misli, kot so: ali me bodo otroci marali, kako se bom ujela z njihovimi starši, kje živijo, kakšno bo moje delo ...**

Končno prispemo v hišo, ki bo leto dni moj novi dom. Otroci mi hitijo razkazovat svoje sobe, dvonadstropno hišico na drevesu, ki ima celo elektriko in v kateri najraje pišejo domače naloge, park na nasprotni strani ceste, kjer se najraje igrajo, vrt za hišo, kjer rastejo sadna drevesa, in navsezadnje malo leseno hišico pod dišečimi drevesi plumerije, kjer bom stanovala. Tam jim razdelim simbolična darilca, ki sem jih posebej za njih prinesla iz Slovenije.

Kmalu obvladam svoj urnik in uspešno prevzamem vse odgovornosti au pair dekleta. To je predvsem vožnja otrok v šolo in na razne zunanjske dejavnosti, pomoč pri domačih nalogah ter lažja gospodinjstva opravila.

Vpišem se na tečaj fotografije, kar sem si že tako dolgo želela doma, pa nikoli ni bilo časa. Tokrat moje izobraževanje na Collegu plača družina, z mesečno plačo pa že brez težav kupim tudi spodoben fotoaparata. Tečaje obiskujem med tem, ko so otroci v šoli. Tam spoznam mnogo novih prijateljev, s katerimi se začnemo družiti tudi zunaj predavanj.

Enkrat mesečno se au pair dekleta srečamo pod vodstvom naše uradne vodje, svetovalke Barbare. Ob teh priložnostih si privoščimo večerjo, jadrnanje, drsanje, ure plesa ali obisk kakšne turistične znamenitosti. Namen je zabava, pa tudi toženje in tolaženje, izmenjava nasvetov in izkušenj, reševanje morebitnih problemov in podobno. Nobeno delo ni le zabava, vendar se da s prijateljskim pogovorom in nasveti marsikaj rešiti.

Leto je naokrog, kot bi mignil. Novo dekle, ki prevzame moje mesto, sprejemem s kančkom ljubosumja. Vseeno sem vesela, da sem uspešno opravila svojo nalogo in da se vračam domov med prijatelje in sorodnike. Kot pred prihodom v Ameriko se tudi tokrat sprašujem,

kako bo priti nazaj v domače okolje in če se bom sploh še znala vključiti vanj. Še prej pa me čaka težko pričakovano potovanje po ZDA!

Imaš tudi ti dovolj prostega časa in si želiš izboljšati znanje tujih jezikov? Si že pomislila na au pair? V zameno za pomoč pri delu z otroki in lažjih gospodinjstkih opravilih ti skrbno izbrane družine nudijo brezplačno hrano in stanovanje, tedensko žepnino (ZDA: 140 dolarjev, Anglija: 50-70 funtov), letalsko karto in zdravstveno zavarovanje (ZDA) ter dovolj prostega časa, da lahko obiskuješ jezikovni tečaj, spoznaviš deželo ali počneš še kaj drugega.

Odločitev za sodelovanje v programu Au Pair v tuji deželi nikakor ni lahka, ima pa veliko prednosti in koristi. Kam, kdaj in za koliko časa se boš odpravila, je odvisno predvsem od tebe. Podatke, ki jih potrebuješ za lažjo odločitev, pa ti ponujajo agencije, ki imajo že večletne izkušnje in stike s programom Au Pair v Ameriki ([www.aupairamerica.co.uk](http://www.aupairamerica.co.uk)) in Evropi, ena takšnih je SPD Erazem v Ljubljani.

Preden se odpraviš na lov za podrobnejšimi podatki, naj ti bo v pomoč nekaj splošnih pogojev za sodelovanje v obeh programih Au Pair:

- :: starost od 18 do 27 let; programov se lahko udeležijo le dekleta;
- :: končana srednja šola;
- :: zadovoljivo znanje angleščine;
- :: pripravljenost sodelovanja v programu vsaj 6 mesecev (Anglija) ali vsaj 12 mesecev (ZDA).

Za sodelovanje v programu Au Pair America pa moraš izpolnjevati še naslednje pogoje:

- :: 200 ur čim bolj svežih izkušenj z varstvom otrok;
- :: veljavno vozniško dovoljenje;
- :: potrdilo o nekaznovanosti;
- :: še nikoli nisi bila au pair v Ameriki.

# na zdravje?

TI Andreja Čokl  
FI Mimi Antolovič, Bojan Stepančič

**Si kdaj razmišljal, da bi moral zmanjšati količino popitega alkohola? So ti kaj takšnega kdaj omenili prijatelji? Si imel kdaj občutek krivde zaradi pitja alkoholnih pijač? Nameniš več časa uživanju alkohola kot ostalim aktivnostim? In ali si kdaj že zjutraj – z namenom pregnati 'mačka' ali se umiriti – spil 'šilce žganega'? Če si vsaj na dve vprašanji odgovoril pritrdilno, si na dobri poti, da postaneš odvisen od alkohola!**



V Sloveniji naj bi bilo od alkohola odvisnih približno 173.000 ljudi. Nadaljujmo s statistiko: povprečen Slovenec spi je 10 litrov čistega alkohola na leto, če pa upoštevamo še neregistrirano prodajo alkoholnih pijač, hitro pristanemo pri 15 litrih popitega čistega alkohola v enem letu (vir: [www.soncek.com](http://www.soncek.com)). In ker se tako radi primerjamo z ostalimi evropskimi državami: po rezultatih raziskave ESPAD iz leta 1999 kar 29 odstotkov slovenskih šestnajstletnikov uživa alkohol vsaj trikrat mesečno, kar nas v Evropi postavlja na drugo mesto. A na srebrno odličje v disciplini 'redno najstniško popivanje' pač ne moremo biti ponosni. Še pogled čez lužo: Američani so ugotovili, da imaš, če začneš uživati alkohol pri dvanajstih. letih, kar 50 odstotkov možnosti, da kot odrasel postaneš odvisen od alkohola. Tisti, ki začne piti alkoholne pijače šele pri enaindvajsetih, tvega odvisnost le v 10 odstotkih (ameriška zakonodaja zato prepoveduje prodajo in uživanje alkohola mlajšim od 21 let). Da bi bilo tveganje čim manjše, strokovnjaki priporočajo, da vsaj dva dni v tednu ne pijemo ter da ne pijemo, ko smo v stiski, žalostni ali jezni. Kaj pa kozarček vina ob kosilu ali steklenica piva v poletni vročini? Trditev, da alkohol v majhnih količinah ne škodi oz. celo koristi, je zavajajoča. Vas zanimajo količine, ki jih strokovnjaki še dopuščajo? Zdrav, odrasel moški naj bi spil do dve enoti alkohola na dan, zdrava, odrasla ženska, ki ni noseča in ne doji, pa eno enoto na dan. Ena enota je približno 10 g etilnega alkohola, toliko alkohola pa vsebuje 1 dcl vina ali pollitrska steklenica piva ali 0,3 dcl žgane pijače.



Večina raziskav tudi kaže, da so prav mladi najbolj 'na udaru' škodljivega vpliva alkohola. Verjetnost, da mladostnik, pa naj bo zaradi lastne želje ali prisile družbe, poskusi alkohol, je skoraj 95-odstotna. Mladi so tisti, ki so zaradi družabnega življenja prevečkrat v skušnjavi. Temu je vzrok tudi prepričanje, da prave zabave brez alkohola ni. Vendar v Sloveniji že četrto leto potekajo prireditve in zabave, kjer se mladi zelo dobro zabavajo brez alkohola. Fundacija **Z GLAVO NA ZABAVO** skozi vse leto z **Generacijo Nulanula**, katere člana sta tudi znana slovenska raperja Pižama in Trkaj, obiskuje množične prireditve, popularne lokale in trgovske centre ter obiskovalcem dokazuje, da se lahko zabavajo tudi popolnoma trezni. Alkohol na zabavah z glavo ni prepovedan, a nagrade domov odnesejo le trezni. Letos so sodelovali na mnogih maturantskih plesih, v Španiji pa so pospremili več kot 1000 maturantov, ki se bodo svojega maturantskega izleta gotovo spominjali.



Fundacija že od začetka delovanja spremlja, kakšna sta odnos ljudi do alkohola in znanje o njegovem vplivu – strokovnjaki, člani programskega sveta fundacije, so pod vodstvom dr. Zdenke Čebašek-Travnik predstavili rezultate ankete, ki jo je izpolnilo več kot 26.000 ljudi, in zadnji podatki so razveseljivi. Meja, ki jo mladi postavljajo kot pravo starost za redno pitje alkohola, je vse višja, več se poznavanje škodljivih posledic pitja, tudi priporočene količine popitega alkohola se znižujejo. Več podatkov in napovednike posameznih zabav najdeš na [www.fundacija-zgnz.si](http://www.fundacija-zgnz.si) - obišči katerega od dogodkov, ki ga fundacija pripravlja, in se prepričaj, da je zabava, ki ji drugo jutro ne sledi 'maček', lahko še bolj zabavna!



# eko-logika



**Projekt EKOLOGIKA je nastal kot navdih dveh študentov, ki sta ju zanimali osnovni vprašanji: »Kakšen odnos imajo ljudje do okolja?« in »Kako je mogoče ta odnos izboljšati?«.**

Ko sva v Amsterdamu videla razstavo Yanna Arthusa-Bertranda, svetovno priznanega strokovnjaka za fotografijo iz zraka, ki je od leta 1979 izdal preko 70 knjig (začel je s senzacionalnimi fotografijami levov iz Kenije, nato pa vsako leto izdal po eno ali več knjig skupaj z založnikom Hervejem de La Mertiniere), se nama je porodila ideja o povezavi teoretičnega znanja s področja ekologije z umetnostjo. Besedila, ki spremljajo najin projekt, govorijo o stanju planeta danes, ujetega v zanko rasti prebivalstva, industrializacije in onesnaževanja. Povezala sva se s strokovnjaki (npr. z dr. Andrejem Lukšičem s Fakultete za družbene vede, dr. Dušanom Plutom s Filozofske fakultete, g. Antonom Komatom, samostojnim raziskovalcem ...) in ustvarila nekakšno mrežo ljudi, ki jih povezuje skupna ideja. Organizirali smo predavanja, okrogle mize in pripravljamo ter propagiramo delavnico Kaverljag.

## **CILJ EKOLOGIKE ...**

... je zelo preprost: na nov način predstaviti ljudem problematiko okolja in jih vzpodbuditi k drugačnemu ravnanju in razmišljanju o okolju. Potrebno je najti nov način, kako pri ljudeh vzbuditi večjo pozornost do zemlje in vseh njenih prebivalcev, tako sedanjih kot prihodnjih. O tem govori trajnostni razvoj - o odgovornosti vsakega izmed nas. V prihodnje želimo k projektu pritegniti še več ljudi in ga razširiti na mednarodno raven. Projekt se kvarja tudi z Aarhuško konvencijo o dostopu do informacij, udeležbi javnosti pri odločanju in dostopu do pravnega varstva v okoljskih zadevah.



**T** Tomaž Vodeb  
**B** Bojan Stepančič

## **AARHUŠKA KONVENCIJA**

Je mednarodni dogovor, ki omogoča posameznikom in organiziranim skupinam, da odigrajo pomembno vlogo pri ohranjanju okolja in uveljavljanju trajnostnega razvoja. Konvencija je eden od mehanizmov za udejanjanje načel Deklaracije o okolju in razvoju, ki je bila sprejeta že na svetovnem vrhu v Riu. Leta 1998 jo je podpisala tudi Slovenija. Aarhuška konvencija je prva mednarodna pogodba, ki zagotavlja varstvo pravice vsakega posameznika sedanjih in prihodnjih generacij, da živi v zdravem okolju, hkrati pa omogoča sodelovanje pripadnikov civilne družbe v procesu sprejemanja odločitev. Da bo posameznik lahko odigral vlogo aktivnega dejavnika na področju varovanja okolja, je potrebno njegovo vključevanje v iskanje rešitev na tem področju, država pa mora za to zagotoviti temeljne pravice civilni družbi. Zato je potrebno po našem mnenju čim prej sprejeti Aarhuško konvencijo, katere izvajanje zahteva povezovanje in sodelovanje ključnih dejavnikov v upravi in civilni družbi. Aarhuška konvencija pomeni obliko pritiska, da se s pomočjo ozaveščanja, usposabljanja in dialoga izboljša delovanje obstoječih inštitucij na področju varstva okolja in spodbuja uvajanje novih življenjskih slogov, ki so v skladu z načeli trajnosti. Projekt EKOLOGIKA se zelo aktivno zavzema za sprejetje konvencije. Projektu se lahko pridruži vsak, ki želi, da skupaj ustvarimo boljše razumevanje okolja in odnosa do njega.

**:: [www.creativegroup.info](http://www.creativegroup.info)**

# laboratorij samopostrežnih poskusov

▣ Janez Plevnik  
▣ Bojan Stepančič



"Ne sprašuj, kaj lahko drugi naredijo zate, naredi kaj sam zase (in za druge)!" Ta rubrika se bo na poseben način lotila nekaterih tem, o katerih verjetno premalo razmišljamo in govorimo, imajo pa pogosto večji vpliv na naše življenje kot si mislimo. Namenjena je tistim, ki so dovolj pogumni, da se kdaj pa kdaj ozrejo vase in so pripravljeni poskusiti izboljšati, spremeniti ... sebe, ne drugih! Predvsem mladim, ki premorejo toliko poguma, da eksperimentirajo, poskušajo, iščejo nove izkušnje, 'svojo pot'. Vemo, da veliko mladih eksperimentira z drogami, alkoholom, spolnostjo, ipd. Zakaj ne bi eksperimentirali tudi z zadevami, ki nikakor ne morejo biti škodljive? Tu ne bo soljenja pameti ali vsiljevanja pogledov. Našli boste le predloge za majhne poskuse. Poskuse na sebi, s sabo. Predlagani poskusi in njihovi rezultati ali stranski učinki bodo praviloma pozitivni - za posameznika, ki jih bo le preizkusil in bo to zanj zanimiva izkušnja ali za tistega, ki se bo odločil poskus spremeniti v svoje običajno ravnanje.

## **poskus št. 1: PRIJAZNOST (do sebe in drugih ljudi)**

Ljudje si na splošno želimo prijaznih odnosov in občudujemo prijazne ljudi. Velja, da so prijazni ljudje posebej 'trdni' in samozavestni - z razlogom, ne napihnjeno. In to drži! Kajti samozavestni so tudi zato, ker so prijazni.

### **Kako se lotimo poskusa:**

Najprej se moramo zavestno odločiti, da bomo poskus resno izvedli. Počitniški čas je za to posebej primeren. Potem malo premislimo in predvidimo, v kakšnih situacijah se lahko znajdemo (vsaj prvi dan). Pripravimo se lahko tudi tako, da vadimo namišljene situacije. Poskus lahko izvajamo na dva načina:

o totalno - ves dan in vsak dan v vsaki situaciji ali pa  
o korak po koraku - začnemo bolj skromno, počasi in vsak dan povečujemo dozo prijaznosti.

Ko začnemo, se skušamo osredotočiti na vsakdanje situacije in odnose z drugimi. Na začetku bomo imeli težave, posebej zato, ker se bodo ljudje, ki nas poznajo, čudili spremembi našega obnašanja. Marsikdo nam bo otežil poskus - nekateri namenoma, drugi pa preprosto zato, ker ne zmorejo drugače kot biti neprijazni in zateženi. To so ključni trenutki našega poskusa - na našo prijaznost ne bo pozitivnega odziva, celo negativen, nevrotično ali napadalno neprijazen odziv lahko doživimo. Če bomo v takih trenutkih vztrajali pri poskusu, smo resnično na dobri poti. Zapomnite si: poskus delamo mi, ne pa ljudje okoli nas! Zato za morebiten neuspeh poskusa lahko krivimo le sebe.

### **Primeri:**

*lažji, lahko jih načrtujemo:*

- :: ko vstopim v trgovino, razred, pisarno, restavracijo, stanovanje, itd. najprej prijazno pozdravim
- :: vsakokrat, ko mi kdo kaj izroči ali naredi zame, se zahvalim. Tudi sošolcu, prijatelju in sorodniku
- :: ustavim vozilo in spustim pešca čez prehod za pešce ne glede na okoliščine
- :: doma postorim kaj samoiniciativno, brez posebne prošnje domačih

*težji, zahtevajo večjo zbranost:*

- :: ko na cesti voznik za nami besno žmiga in trobi - umaknimo se in mu z roko nakažimo, da gre lahko mimo; ne kažimo mu sredinca uperjenega v čelo ali celo v nebo
- :: pred težkim izpitom ti sošolec zateži - prijazno mu razloži, da sta oba v isti godlji in da je bolje, če se poskušata zbrati vsak zase
- :: odpravljam se na zmenek, mama pa želi da pred tem še nekaj postorim - ugotovi ji brez 'težkih' besed (pred tem 10 krat globoko zajemi sapo) ali pa se mirno pogajaj za kasnejši čas opravlila

Ne skrbite, vsakdo ima na dan v povprečju 25 priložnosti za prijaznost.

**Trajanje poskusa:** najmanj tri dni ali vsaj toliko časa, da kdo drug opazi naš poskus.

### **Možni učinki poskusa:**

- :: pozitivni - veličasten občutek zadovoljstva; prijazen odnos drugih ljudi do nas; izboljšana samopodoba, samozavest in samospoštovanje.
- :: negativni - ostanemo neprijazni zaradi večinoma slabega odziva drugih ljudi na naš poskus.

Z malo discipline in koncentracije poskus lahko postane rutinsko obnašanje - če si to želimo, seveda. Kljub temu se nam bo zgodilo, da bomo včasih 'padli' v star vzorec obnašanja. Takrat je čas za ponovitev poskusa.

**Opomba:** ne odgovarjamo za rezultate, materialne ali kakršne koli posledice izvajanja predlaganega poskusa. Vse posledice si lahko pripiše samo tisti, ki je poskus izvajal, ker so rezultat njegovih odločitev in delovanja.