



EKO ARMADA

VELIKO SE GOVORI O EKOLOGIJI, O OGROŽENOSTI NAŠEGA PLANETA, KAKO SMO NEODGOVORNI, KAKO NAM MANJKA VESTI, KAKO POTROŠNIŠKO SMO NARAVNANI IN NAM PREPROSTO NI MAR ZA OKOLJE, KAJ ŠELE, DA BI SE ZAVEDALI ŠKODE, KI JO POVZROČAMO S TAKŠNIMI NAVADAMI SEBI, LJUDEM OKOLI SEBE, SVOJIM POTOMCEM IN CELEMU PLANETU. IN ŽAL JE VSE TO RES – DRUŽBI KOT CELOTI MANJKA EKOLOŠKE ZAVESTI.

SI EKO KVALIFICIRAN?

Manjka nam predvsem ekološko osveščenih navad in obnašanja. Te navade in obnašanje pa si moramo pridobiti. Zato najprej naredimo (zelo) kratek in enostaven test o tem, ali si kvalificiran za ekološko osveščeno obnašanje.

1. vprašanje se glasi: **ALI BEREŠ TA ČLANEK?**

Če je odgovor DA, potem je jasno, da te vsaj malo zanimajo ekološka vprašanja in ti verjetno ni vseeno, kaj se dogaja s planetom. Na testu si zbral vse možne točke, torej si več kot kvalificiran za ekološko osveščeno obnašanje. Tvoja naloga in odslej tudi poslanstvo pa je, da v naše vrste novačiš »nove rekrute«. Da bi to opravljal s kar največjim uspehom, pa moraš najprej skozi »urjenje« ekološko osveščenega obnašanja.

MISIJA: EKO

Si pripravljen na svojo prvo eko misijo? Začnimo z uvajanjem nekaj enostavnih ekoloških navad.

★ Za manjšo porabo vode lahko spremeniš navado namakanja v banji v tuširanje. S tem se prihrani tudi do petkratna količina vode, ki je potrebna, da se banja napolni.

★ Če v stanovanju znižaš temperaturo samo za 1 stopinjo, so lahko računi za ogrevanje tudi do 10 % nižji. Obenem pa to vpliva tudi na zmanjšanje emisij toplogrednih plinov v ozračju.

★ Ko brskaš po hladilniku, glej, da vrata hladilnika niso predolgo odprta – tako se temperatura v hladilniku ne bo preveč spremenila in za vzpostavitev prejšnje temperature se ne bo porabilo pretirano energije.

★ Tople ali vroče hrane ne dajaj takoj v hladilnik. Pusti, da se prej ohladi na sobno temperaturo. Zamrzovalnik pa naj bo redno odmrznjen – en sam milimeter ledu v hladilniku ali zamrzovalniku pomeni kar nekaj odstotkov večjo porabo energije.

★ Ko bodo starši kupovali nove gospodinjske aparate, jim razloži, da je nakup energetske varčnejših naprav boljša rešitev in da se bo razlika v ceni povrnila v dveh letih, okolje pa bo zaradi manjše porabe energije manj obremenjeno.

★ Recikliraj vse stvari, ki jih ne potrebuješ. Ogromno stvari se lahko reciklira, ekološki otok pa je verjetno blizu tebe. Za večje stvari pa se pozanimaj o letnih kosovnih odvozih materiala.

★ Preden greš od doma, se prepričaj, da so vse luči in ostale električne naprave popolnoma izklopljene. Televizor in še nekatere druge električne naprave porabijo v stanju pripravljenosti skoraj toliko električne energije, kot če so prižgane.

★ Navadne žarnice zamenjaj z energetsko varčnimi. Pri navadnih žarnicah gre v svetlobo samo 10 % energije, vse ostalo se sprosti v toploto, obenem pa v enem letu sprosti v ozračje 500 kg strupenih plinov. Prašne žarnice svetijo slabše.

★ Ko potrebuješ pri učenju močno svetlobo, raje uporabi namizno svetilko, kot pa da močnejše razsvetljuješ celotni prostor.

★ Če si eden tistih, ki niso več stalne stranke v pralnici »Pri mami«: pri pranju perila se 90 % energije porabi za ogrevanje vode, čeprav bi lahko večino perila uspešno oprali pri nižjih temperaturah. Pranje pri 60 namesto 90 stopinjah prihrani do 50 % energije.

ln še zadnja naloga do naslednjič: v šolo ali na faks se odpravi s kolesom ali peš. Če ni »življenjsko« nujno, za to ni treba uporabljati avtomobila ali motorja, če pa ni druge možnosti, je pa primeren okolju bolj prijazen avtobus.

NAZIV: ČLOVEK

Ta misija je šele začetek. Po uspešno opravljenem urjenju si boš ponovno pridobil izgubljeni naziv ČLOVEK - človek, ki se zaveda, da je del narave. Navzven ne bo na tebi opaziti nikakršnih sprememb, spremembe bodo v tebi, posledice teh sprememb pa bodo vidne v okolju šele čez nekaj časa. Zato ne pričakuj od družbe nikakršnih nagrad ali priznanj za tvoja početja. Družba je tista, ki se mora šele spremeniti, da bi lahko do te spremembe prišlo, je potrebno nekje začeti in najbolje je, da začnemo pri sebi. Če želiš hitreje napredovati do tega naziva, si oglej nekaj eko spletnih strani, npr. www.focus-ngo.org, in preveri, kako velika je tvoja ekološka stopinja (www.yomag.net/ecofoot).

EVROPA, AMERIKA, AZIJA, AVSTRALIJA TER AFRIKA – CEL SVET TI JE NA DLANI. SAMO IZBRATI MORAŠ ENEGA OD 1100 KRATKOROČNIH PROJEKTOV PROSTOVOLJNEGA DELA V VEČ KOT 70 DRŽAVAH, KI JIH VSAKO LETO PONUJA ZAVOD ZA MEDNARODNO PROSTOVOLJNO DELO VOLUNTARIAT.

Kot prostovoljec se lahko udeležiš različnih mednarodnih projektov, kot so mednarodni prostovoljni delovni tabori ali mladinske izmenjave, ki jih Voluntariat koordinira za skupine mladih. Če pa ti ni dovolj kratkoročen projekt prostovoljnega dela, pa se lahko odpraviš tudi za 3 mesece, pol leta, celo leto, pa tudi kaj več na katerega od projektov širom po svetu, med drugim tudi v okviru projektov Evropske prostovoljne službe (EVS). Možnosti je veliko, katero priložnost pa boš zgrabil, je odvisno od tebe in tvojih želja. Ter seveda aktualne ponudbe!

Glede na to, da se največ prostovoljcev pridruži mednarodnim prostovoljnimi taborom, ti nasujemo nekaj informacij o njih.

KAJ JE DELOVNI TABOR?

Delovni tabor je prostor, kjer ljudje katerekoli rase, prepričanja in narodnosti živijo in delajo skupaj dva do tri tedne na neprofitnem projektu, ki ga organizira lokalna organizacija. Večina taborov se izvaja v poletnih mesecih, posameznega pa se udeleži od 6 do 20, včasih celo 50 in več posameznikov. Delovni tabori ponujajo možnost za posameznike, da združijo svojo energijo in skupaj pristopijo k problemom, ki so vitalni za našo skupno prihodnost. Delo, ki ga opravijo prostovoljci na delovnih taborih, je glavni doprinos k napredku in boljšemu svetu, tudi k svetovni gradnji miru.

Tabori so v grobem razdeljeni na več tematskih področij:

1. antifašizem, antirasizem, etnične skupine,
2. solidarnost s tretjim svetom,
3. mirovna vzgoja,
4. pomoč duševno ali telesno prizadetim,
5. pomoč/delo z otroki, najstniki, ostarelimi,
6. ekologija in kmetijstvo,
7. žensko vprašanje,
8. depriviligirane družbene skupine (begunci, prebežniki ...),
9. umetnost, kultura in zgodovina,
10. renovacije in
11. drugo.

Se že ogrevaš? No, pa bodimo še malo bolj konkretni ...



10 KORAKOV DO TABORA IN NAZAJ

1. Najprej začutiš neustavljivo željo po spoznavanju novega!
2. Na spletni strani www.zavod-voluntariat.si izbereš nekaj taborov, na katere bi rad šel. Če rabiš nasvet ali dodatne informacije, se obrneš na prostovoljce v Voluntariatovi pisarni.
3. Natančno prebereš informacije o zavarovanju in splošnih pogojih za udeležbo na taboru.
4. Čitljivo izpolniš prijavnico in jo podpišeš. Po potrebi dodaš motivacijsko pismo. Oddaš prijavnico in plačaš prijavnino. Vse potrebno prineseš osebno v pisarno, da se lahko takoj popravijo morebitne napake. Obenem oddaš tudi prijavnico za pripravljalni seminar!
5. Dobra novica! Po nekaj dneh dobiš obvestilo, na kateri tabor si bil sprejet.
6. Udeležiš se obveznega pripravljalnega seminarja za prostovoljce, na katerem izveš marsikaj zanimivega o SCI in mednarodnih delovnih taborih.
7. Najkasneje 3 tedne pred začetkom tabora prejmeš podrobnejše podatke o izbranem delovnem taboru. Takrat je zadnji čas, da potrdiš udeležbo.
8. Urediš si prevoz do tabora, zavarovanja, morebitna cepljenja in pakiranje!
9. KONČNO! Greš na tabor, tam se družiš z mladimi z vseh vetrov, delaš, se učiš in uriš nove spretnosti. In se seveda zabavaš! Fotografiraš, snemaš, si zapisuješ zanimivosti ter zbiraš razne zanimive materiale. Po končanem taboru še malo potuješ naokoli. Doma pripraviš pravo razstavo o tvoji dogodivščini. Seveda venomer paziš, da se domov vrneš cel in zdrav.
10. Jeseni, ko se vsi vrnemo s taborov nazaj domov, prejmeš evalvacijski vprašalnik in vabilo na evalvacijsko srečanje. Udeležiš se srečanja, kjer deliš izkušnje s prijatelji, ki si jih spoznal na pripravljalenem seminarju ter vrneš izpolnjen vprašalnik.

KAJ PA DALJŠI PROJEKTI?

Podrobne informacije o le-teh dobiš na Zavodu Voluntariat, za boljši občutek pa preberi o izkušnji EVS prostovoljke:





KRISTINA MARINČIČ, 24 LET, PRIMORSKA:

»Pred nekaj tedni sem se vrnila s Švedske, ker sem opravljala svojo Evropsko prostovoljno službo v Mladinskem centru v mestecu Eksjo in sem zelo vesela, da sem se odločila za ta korak. Vedno se bom spominjala tega, kot enega najlepših izsekov iz mojega življenja, časa z veliko izkušnjami in časa, ko sem si pridobila neverjetno veliko novih prijateljev!

Predvsem nisem pričakovala tako dobrega odnosa z mojo gostiteljsko organizacijo Spelverket, kjer sem delala. Moj mentor Rolf me je vedno poskušal razumeti in mi pomagati, če je bilo potrebno. Bili smo v dobrih delavskih in prijateljskih odnosih – saj smo tudi potovali skupaj in celo šli na skupne »žure«. V Spelverketu sem sodelovala tudi z drugimi. To so bile: Lina, Anne, Therese, s katerimi smo uživale v skupnem delu. Kontakt sem imela tudi z Liene iz Mladinskega centra, ki je bila odgovorna za mojo žepnino in za denar za hrano.

V teh šestih mesecih sem spoznala precej švedske kulture. Za to se moram predvsem zahvaliti vsem mojim novim prijateljem, ki so mi vedno poskušali razložiti, zakaj in kako določene stvari potekajo. Najboljše pa je bilo, da sem tudi sama bila udeležena v določenih situacijah, kot je na primer praznovanje tradicionalnega Midsummer night.

Mislim, da je bila to zelo dobra izkušnja za mojo osebnost in vem, da sem se veliko naučila za svoje bodoče življenje. Vsaka izkušnja mi namreč pomaga, da »rastem«, postajam bolj odprta za druge, »močnejša« in neodvisna osebnost.

Evropska prostovoljna služba je zares zelo dobra izkušnja za vse mlade in rada bi to priporočila prav vsakemu posamezniku. V današnjem času, še posebej mladi ljudje, ne moremo biti zasidrani samo v svoji državi, ampak moramo spoznati svet in druge kulture in tradicije. To je sedaj zelo pomembno, saj svet postaja vsak dan bolj in bolj le eno veliko mesto.«

Tako. Če informacij še ni dovolj in če te zanimajo bolj sočne podrobnosti, obišči spletno stran www.zavod-voluntariat.si ali pa se oglasi na Zavodu Voluntariat na Resljevi 20 v Ljubljani (placement@zavod-voluntariat.si / tel. 01 23 91 625 / 031 81 39 39). Pa veselo delo!



POLETNE UNIVERZE 2006

KAJ JE POLETNA UNIVERZA?

Poletna univerza je lahko učenje španščine v Valenciji, rafting na Češkem ali spoznavanje lokalne kulture v Ukrajini. Vsako leto se zvrsti okoli 90 poletnih univerz po celi Evropi, ki se jih udeleži okoli 2500 študentov iz več kot 30 evropskih držav. Vendar pa te številke niti približno ne morejo razložiti neverjetnega duha poletnih univerz. Nikoli nisi turist, ampak prijatelj. 14 ali več nepozabnih dni čaka na tebe - napolnjeni so s prijetnimi pogovori v jezikih vse od španščine do ukrajinsščine, vznemirljivimi izleti do arheoloških mest in palač, z norimi zabavami vsako noč ter globokimi filozofskimi pogovori ob sončnem zahodu s prijatelji iz cele Evrope. Ko se zaspan zbudiš in ti tvoj gostitelj z nasmehom ponudi skodelico kave - takrat spoznaš razliko med turističnim potovanjem in poletno univerzo. Pozabi na potovalne vodiče in turistične izlete. Spoznaj kulturo!

Mnoge poletne univerze ponujajo jezikovne tečaje. Ampak pozabi na resni študij (ne, ne boš dobil študijskih točk za te tečaje!) - AEGEE jezikovni tečaji imajo namen interakcije med ljudmi. So prilika za povečanje tvoje mednarodne zavesti preko pridobivanja poglobljenega znanja o obiskani državi in kulturi udeležencev.

Druge poletne univerze ti ponujajo zelo različen program - od jadriranja na Danskem, kampiranja v Latviji, alpinizma na Poljskem, spoznavanja ljudskih običajev v Moskvi do vodnih športov v Italiji. Vse to pa boš doživel skupaj z 20 do 60 študenti iz različnih evropskih držav.

KDAJ, KAKO DOLGO IN KOLIKO STANEJO?

Poletne univerze se začnejo v juniju, zadnje se končajo konec septembra. Udeležnina običajno znaša od 120 - 160 evrov za (običajno) dva tedna. Cena vključuje celoten program, vsaj en obrok dnevno, bivanje in zabavo! Vendar pa moraš k temu prišteti še potne stroške do kraja poletne univerze in nazaj (prevoz si moraš sam organizirati).

KDO SO ORGANIZATORJI?

Organizatorji so študenti, ki so aktivni člani posamezne AEGEE podružnice (kot AEGEE-Maribor). Zato poletna univerza ni klasično turistično potovanje in tega tudi ne smeš pričakovati. Če želiš počitnice na vsak način preživeti v finem hotelu in s programom, ki je določen čisto do minute, potem se ne odloči za poletno univerzo. Spi se na različnih krajih torej ali pri članih, v hostlih, bungalovih, šotorih, odvisno od posamezne univerze.

ROK ZA PRIJAVO NA AEGEE POLETNE UNIVERZE: 27. APRIL 2006!

★ www.aegEE.org/su

★ www.aegEE.uni-mb.si / email: aegEE@uni-mb.si

INTERVJU:
FRANCI ROGAČ

NI MI

ZAL

NI MI

ZA

SEKUNDO



SPOZNALA SEM GA MED POLETNIMI POČITNICAMI PO MOJI MATURI. V PIRANSKEM ZALIVU JE DVA ŠVEDA UČIL SLOVENŠKO. IZ PREPOSTEGA BOHEMA BREZ DOMA, KI JE IMEL PRIJAZNO BESEDO ZA VSAKOGAR, SE JE Z LETI RAZVIL FANTASTIČEN PRAVLJIČAR. »NEHAL SEM BLUZITI,« POVE Z NASMEŠKOM IN SE PRITOŽI, DA GA IZPITNO OBDOBJE UBIJA. FRANCI ROGAČ KONČUJE TRETJI LETNIK FAKULTETE ZA SOCIALNO DELO IN JE, KLJUB TEMU DA JE STAREJŠI OD 26 LET, LAHKO NAVDIH ZA MARSIKOGA, KI JE IZGUBIL SVOJO POT.

KAKŠNE PRAVLJICE SI RAD PREBIRAL KOT OTROK?

»Hm ... Ne vem, če bi lahko izpostavil kakšno najljubšo. Volk in sedem kozličkov, Rdeča kapica, nadvse rad sem imel Disneyeve pravljice. Zelo mi je bila pri srcu Pepelka.«

KAKŠNE VRSTE KNJIGE RAD BEREŠ?

»Nazadnje sem prebral knjigo »Ime mi je Damjan« Suzane Tratnik. Res dobro napisana knjiga, morda mi je bila všeč tudi zato, ker je zgodba na nek način podobna moji. Drugače pa izredno rad berem in imam včasih kar težavo, kaj od novega vzeti v roke! V šoli mi nikdar niso bili všeč pisatelji, kot je bil Prežihov Voranc ... Tovrstni stil mi ni všeč. Preveč je »hard«. Rad sem imel dejanske zgodovinske zgodbe, to me izredno zanima.«

ZAKAJ SI OSTAL BREZ DOMA?

»Hodil sem v srednjo pedagoško šolo. Pa so prišli adolescenca, mladost, uporništvu. Nisem si hotel postriči las, moja frizura se je mojim staršem zdela popolnoma neprimerna, pa najbrž tudi moje obnašanje. Potem pa se je zgodilo, da sem prišel ob osmi uri zvečer domov, pa so bila vrata zaklenjena. »Prav, grem pa ven!« sem si mislil in sem šel pač žurat! Potem se je pa dogajalo, da sem spal malo tu, malo tam, po študentskih domovih, hodnikih, včasih tudi v bloku, doma, in počakal nadstropje više, da sta šla starša v službo, potem pa sem šel domov spat. Takrat je bila pedagoška šola zame tudi pretežka, zdaj, ko pogledam nazaj, razumem. Takrat je bila situacija drugačna, danes bi vse naredil z lahkoto. Vse predmete sem naredil le tako, da sem poslušal, nikdar se nisem učil.«

V KAKŠNIH ODNOSIH SI ZDAJ S STARŠI?

»Moja starša sta ločena, živim z očetom, mama pa živi drugje. Z mamom se slišiva, nismo skregani.«

KAJ JE BILO V TISTIH LETIH NAJTEŽE?

»Da sem bil nešolan, brez izobrazbe. Težko je bilo dobiti službo, več ali manj sem se ukvarjal le z žuranjem. Izredno težko se je bilo pobrati iz tiste »luknje«, v katero sem padel. Opravljal sem težka dela, na železnici sem zbijal tire in podobno. Najtežji je bil prehod. Ne bom krivil družbe, vendar priznam, da me je posrkala vase in na koncu sem bežal od družbe, ki mi je prej toliko pomenila. Bil sem razočaran, brez izobrazbe, čeprav sta mi manjkala le dva izpita.«

KDAJ SI ODPOTOVAL V BERLIN IN KAKO TO, DA RAVNO TJA?

»Prvič sem šel tja leta 2000. To je bila moja največja želja, moram priznati, da me je do velike mere za to navdušila knjiga Mi, otroci s postaje ZOO. Gre seveda tudi za to, da je bil Berlin središče punkerjev, poznal sem veliko nemških punkerjev, sam sem bil punker in sem si potem končno izpolnil to željo. V Berlinu sem hodil v klube in nekega večera po naključju vstopil v klub, kjer so igrali Hic et nunc. Vedno sem naletel na kaj takega, vedno so se mi dogajale tovrstne stvari, hecna 'naključja'.

KAKO TEŽKO JE BILO NAJTI DELO, KO SI SE VRNIL?

»Delal sem zdaj v enem, zdaj v drugem lokalu. Bilo je naporno, bil sem brez izobrazbe, obljubil sem si tudi, da ne bom več delal v lokalu, pa sem se moral ugrizniti v jezik!«

KAJ JE BIL ZATE KLJUČNI PREOBRAT?

»Leta 1997 se je zgodil ključni moment, ko se je pojavil nek starejši mož, ki je govoril v angleščini in me je »izbral« iz naše družbe, bilo nas je petindvajset. Pozval me je k sebi in takrat se je mnogo stvari zame spremenilo. Drugi preobrat je bil po potovanju v Nemčiji, ko sem padel kot v neke vrste trans, ko sem se učil in opravil osem izpitov v dveh dneh.«

KAKO JE NASTALA TVOJA PRVA PRAVLJICA?

»Leta 1996 sem kot za šalo pripovedoval pravljico za lahko noč tedanji puncici. Nisem treniral gimnastike ali česa podobnega in mi je manjkala neke vrste ventil za sproščanje. Potem pa sem se spomnil, da sem nekoč že zapisal neko pravljico. Tako da je konec koncev bila prva objavljena pravljica izgubljena slončica, ki pa ni bila prva napisana.«

SI TEŽKO NAŠEL ZALOŽBO?

»Najprej je bila zgodba na listu papirja. Nato sem porabil 6 mesecev, da sem sploh zbral vse informacije, kje naj izdam, kako lahko ... V lokal, v katerem sem delal, je včasih zahajal Dušan Čater, ki mi je potem razložil, kako stvari potekajo in mi priporočil založbo. Imel sem iskreno željo razveseljevati otroke, zato sem kar nekaj časa preživel na pediatrični kliniki. Spet sem bil ob nekem »hecnem naključju« ob pravem času na pravem mestu, ko je imelo Ministrstvo za kulturo dan odprtih vrat in sem šel slučajno mimo. Vstopil sem in spoznal prave ljudi, jim obrazložil svojo željo in ... imel srečo. Vendar ni bilo lahko.«

VSE TVOJE PRAVLJICE IMAJO NAUK. DO KATERE MERE SO TO NAUKI, KI JIH ČRPAŠ IZ LASTNEGA ŽIVLJENJA?

»Izgubljena slončica govori o mirnem prijateljstvu in srečnem koncu. Prašiček in čarobna zvezdica je pravljica, ki nosi največ moje zgodbe, saj je prašiček drugačen od ostalih ... nedvomno črпам iz lastnega življenja. Nekega dne sem se začel spraševati, kaj bi bilo, če bi bil slep in gluhi? Kako slepi in gluhi ljudje doživljajo stvari okrog sebe?«

JE IZ TEGA IZŠLA TVOJA ŽELJA OBJAVITI PRAVLJICE V BRILLOVI PISAVI?

»To je prav tako moja velika želja, vendar žal finančno zelo zahtevna in sem z njo naletel na ogromno problemov. Uspel sem razveseliti že vse otroke, bolne, zdrave, s takimi in drugačnimi problemi in boleznimi, vse, razen slepih. Projekt je zelo zahteven in sam ne uspem zbrati sponzorjev. J. K. Rowling je imela probleme s tovrstnim »prevajanjem«, kaj šele jaz. Še vedno upam, da mi bo uspelo in da bom našel tudi sponzorje, ki bodo želeli prispevati. Potreboval pa bi le ENO znano podjetje, da podpre projekt, ker takoj, ko bom imel vsaj eno podjetje v zaledju, se bodo nedvomno hitreje javili še drugi.«

ŠTUDIRAŠ IN PRIPRAVLJAŠ BIOGRAFIJO?

»V začetku marca izide moja avtobiografija Ključ brezdomca.«

ŠE KDAJ VIDIŠ SVOJE PRIJATELJE Z ULICE?

»Sem ter tja, navadno jih le pozdravim in grem dalje. Vsi še vedno »bluzijo« in dokler sam ne prideš do tega, da moraš nehati, ti nihče ne more pomagati.«

ČE ZDAJ POGLEDAŠ NAZAJ, BI KAJ SPREMENIL?

»Seveda bi, vedno so stvari, ki jih v življenju želiš spremeniti. A kar je, je. Verjamem pa, da če ne bi šel po tej življenjski poti, ne bi postal to, kar sem. Ni mi pa žal, niti za sekundo, za vse svoje izkušnje in za vse, kar sem doživel in preživel. In zato bi šel še enkrat skozi vse to.«

TAKO SE JE ZAČELO. KAJENJE NAMREČ. NAJPREJ JE TOBAK VELJAL ZA ZDRAVILNEGA, KAJ KMALU PA SO SE NAŠLI GLASOVI RAZUMA, KI SO GOVORILI PROTI KAJENJU. DANES, KO KADI ŽE LEP DEL SVETOVNEGA PREBIVALSTVA, KO ZARADI S KAJENJEM POVEZANIH BOLEZNI UMRE 10.000 LJUDI VSAK DAN, TO NI ZGOLJ GLAS RAZUMA.

ODVISNOST IN ODVAJANJE

Na škodljivost kajenja smo opozorjeni na vsakem koraku. Menim, da v razvitem svetu ni junaka, ki ne bi vedel, kakšne so posledice kajenja. Ne le rumeni nohti, zadah in neustavljivo privlačen kašelj, tudi cela serija bolj ali manj usodnih bolezni čaka tiste, ki prižigajo kadeče se palčke. In kljub vednosti, kljub tako imenovanim osmrtnicam na vsakem zavojčku cigaret, kadimo. Zakaj? Ker je kajenje oziroma odvisnost od tobaka duševna motnja, navadno zelo močna. Če pokadimo prvo cigareto že zjutraj, smo menda silno odvisni od tobaka. In koliko kadicel je 31. januarja res preživelo dan brez cigarete? Odtegnitev seveda spremlja abstinencijska kriza, ki se kaže z duševnimi znaki, kot je nemir, slaba volja, nespečnost občutljivost in podobna stanja, ki iz nehajočih kadicel delajo prave sončke. Veliko kadicel želi prenehati, vendar v prvo uspe le 20 %, ostali pa se vrnejo na stara pota. Pomoč pa je na doseg roke, če vam seveda ne uspe samim. Na voljo je veliko literature, takšnih in drugačnih napotkov, na Komenskega ulici 6 v Ljubljani pa deluje tudi Center za odvajanje kajenja.

PASIVNI KADILCI

Tako, kadilci smo odvisni. Prostovoljno se zastrupljamo, kljub temu da posledice poznamo. Kaj pa pasivni kadilci? Menda je dim, ki se kadi iz cigarete, še bolj škodljiv kot tisti, ki ga inhaliramo. Nekadilci se tega zavedajo in vse bolj opozarjajo nase. V Sloveniji pod zvezo nekadicel deluje devet društev, ki imajo svoje programe, Društvo študentov medicine Slovenije in Študentska organizacija Univerze v Ljubljani pa sta pripravila skupni projekt, ki sliši na ime Projekt **O2 ZA VSAKEGA**. Ta spodbuja javnost k zavednosti o škodljivih učinkih aktivnega in pasivnega kajenja. Poleg akcij, ki so jih izvajali, so 7. 12., 8. 12. in 10. 12. izvedli tudi nekadilske žure. Eden od njih se je zgodil v Ljubljanskem klubu K4. Ena izmed obiskovalk je dejala, da zrak v K4 še ni bil tako čist, vidljivost pa je bila kar 50 % boljša kot običajno. Kar nekaj pa je pasivnih kadicel, ki ne povejo, da jih kajenje moti. Poglejmo primer povprečne družine. Mama, oče in dva otroka. Odpravijo se na kosilo v restavracijo. Ko pospravijo vsak svoj slasten obrok hrane, sledi še slastni obrok dima v pljuča staršev in pasivno tudi otrok. Ni lepšega, ne? Gledati otroke, kako hlastajo za zrakom skozi oblake dima. Ali pa nosečnice. Ja, drži, če prenehate kaditi v nosečnosti, to pustijo posledice. Zaradi zgoraj omenjenih duševnih znakov, ki spremljajo abstinencijsko krizo, to ni ravno priporočljivo za vaš zarodek. Pa kljub temu ni potrebe posedati v zakajenih lokalih in prispevati še svoj delež k zmanjšani vidljivosti.

O2 = ZAKON

Vrta država je sestavila zakon, ki ščiti nekadilce pred pasivnim kajenjem in opozarja kadicel na njegovo škodljivost. V zakonu je govora o oglaševanju, ločevanju prostora za kadicel in nekadilce in seveda, kje je kajenje prepovedano. Na papirju izgleda, kot da nekadicem ni hudega. Kako pa je v resnici? Kaditi je prepovedano v zdravstvenih ambulantah, uradih, na javnih prevoznih sredstvih, vzgojno izobraževalnih ustanovah, čakalnicah, v gostinskih obratih, kjer strežejo hrano, če prostor ni ustrezno ločen, in na delovnih mestih. V zdravstvenih ambulantah res še nisem videla, da bi kdo prižgal cigareto, kaj pa javna prevozna sredstva? Ali mestni avtobus to ni, ali pa ni pod nadzorom nobenega od inšpektoratov, ki naj bi upoštevanje zakona nadzorovali. Na mestnih avtobusih se namreč nemalokrat zgodi, da kak nadebudni pubertetni prižge cigaret kar tako, ker je to kul. Tudi ločevanje prostorov za kadicel in nekadilce je zanimiva reč. Lesena pregrada z dvema umetnima rožama se mi namreč ne zdi primeren način. Tudi male neugledne sobice v skritih kotih restavracij niso ravno vabljive za nekadilce. Kršenje zakona je seveda kaznovano. Kazni se gibljejo od 250.000 tolarjev do 5.000 tolarjev, odvisno od kršitve. Če kadite tam, kjer je prepovedano, vam zaračunajo 5.000 tolarjev, ki jih plačate na mestu.

Tako, kajenje zasvoji, ubija nas in naše otroke, vsak dan nas stane okrog 500 tolarjev, moti ljudi okoli nas in če bo šlo tako kot do zdaj, bo kajenje do leta 2020 terjalo že sto milijonov življenj. Po vsem tem se res lahko samo vprašamo, Kolumb, zdaj pa resno, zakaj si zašel?

- ★ www.dihaj.org/predstavitev.html
- ★ www.kanalmladih.com/v3_default.asp?1=5&12=10&13=8&14=1&vec=imenik&id=1425
- ★ <http://med.over.net/zasvojenost/>

KOLUMB, ZAKAJ SI ZASEL?