

## Poti iz labirintov

[WWW.OMRA.SI](http://WWW.OMRA.SI)

**»Težave v duševnem zdravju niso izbira.  
Izbira je, kako z njimi ravnamo!«  
Svetovni dan varnosti in zdravja pri delu 2021**



Mednarodna organizacija dela (ILO) je leta 2003 razglasila **28. april za svetovni dan varnosti in zdravja pri delu**. Namen tega dne je povečati pozornost svetovne javnosti za problematiko varnosti in zdravja pri delu ter po drugi strani spodbuditi ustvarjanje takšne varnostne in zdravstvene kulture, ki bo trajno zmanjševala število z delom povezanih bolezni in nezgod.

V sklopu programa OMRA bomo svetovni dan varnosti in zdravja pri delu posvetili skrbi za duševno zdravje na delovnem mestu. Organizirali bomo **spletno okroglo mizo »Težave v duševnem zdravju niso izbira. Izbira je, kako z njimi ravnamo!«**, kjer bodo sogovornice in sogovorniki podelili z javnostjo svoje izkušnje s težavami v duševnem zdravju in razkrili: v koliki meri so bile povezane z njihovim delom; ali so o njih odkrito spregovorili z delodajalci in sodelavci; kakšno pomoč so iskali, kako jih je tovrstna izkušnja

zaznamovala in vplivala na njihovo trenutno profesionalno in zasebno življenje; kako aktualna epidemija COVID-19 vpliva na duševno zdravje delavcev idr. Na okrogli mizi bodo sodelovali:

- **Aljoša Bagola** - razglašen za slovenskega kreativnega direktorja desetletja, ki se po svoji izkušnji z izgorelostjo ukvarja s predavateljsvom in svetovanjem na področju kreativnosti in duševnega zdravja;
- **dr. Urška Slapšak** - raziskovalka po srcu in izobrazbi, ki se je med usposabljanjem tudi sama soočila z veliko izzivi na področju duševnega zdravja;
- **Jurij Clemenz** - zdravnik, ki je po 10-tih letih aktivnega ukvarjanja z bolniki prešel v svet globalne farmacevtske industrij in trenutno posveča veliko pozornost izboljševanju komunikacijskih sposobnosti;
- **Eva Matjaž** - psihologinja, ki že dvajset let deluje kot neodvisna raziskovalka in producentka v kulturno-ustvarjalnem sektorju projekte ter se posveča različnim izzivom, ki prednostno rešujejo njene probleme in probleme najbližjih;
- **Povezovalc okrogle mize bo dr. Klemen Podjed**, z dolgoletnimi izkušnjami na področju poslovnega svetovanja in promocije zdravja pri delu.

**Okrogla miza bo potekala v sredo, 28. aprila v živo, s pričetkom ob 16.00 uri.**

*Povezava do spletne platforme, kjer se bo odvijala okrogla miza: [Zoom](#). Prijava v Zoom bo na dan dogodka odprta do zapolnitve mest. Ostale vabimo, da se nam sledite v živem prenosu na Facebook-u.*

Več o programu okrogle mize najdete na [tej povezavi](#).

## **Brezplačne spletne delavnice OMRA bodo potekale tudi v mesecu maju**

Na naši [spletni strani](#) so objavljeni novi termini in prijavnice **majskih delavnic OMRA**.

- STRES POVZROČA STISKE, OKREPITE SVOJE MOČI!: 7.5. in 21.5. (trajanje: od 9.00 do 14.20 ure)
- ČUSTVENI VRTILJAK ODNOSOV: PREPOZNAJMO OSEBNOSTNE MOTNJE MED NAMI: 26.5. in 31.5. (trajanje: od 9.00 do 13.50 ure)
- MOČ POGOVORA – ŠIBKOST STIGME: 4.5. in 18.5. (trajanje: od 9.00 do 12.50 ure)

**PRIJAVITE SE, SE VIDIMO!**

## **Migracije in stigma med epidemijo COVID-19**

Ko govorimo o stigmatizaciji okuženih z virusom COVID-19, imamo v mislih različne oblike **izključevanj** ljudi, ki izhajajo iz strahu pred potencialnimi nosilci in prenašalci bolezni. Tako se denimo o migrantkah in migrantih pogosto pojavljajo prepričanja, da so bolezen prinesli bodisi v državo priselitve, bodisi v državo izvora, kamor so se vrnili po začetku

epidemije COVID-19. Posebej **ranljivi** za tovrstno stigmatizacijo so ljudje iz regij, kjer je bilo zaznanih več primerov virusa.



Primer Indije jasno kaže negotovost, napetost in strah, ki so jih ob vrnitvi v domača okolja ob začetku epidemije doživljali migrantke in migranti, ki so delali v urbanih središčih. Ob vrnitvi so jih pričakali grožnje, ustrahovanje in agresivne prakse, kot so na primer škropljenje z insekticidi in belili, preden so lahko sploh vstopili v domači kraj. Doživljali so tudi telesne napade.

Migranti in migrantke so tudi v državah, kamor so se priselili, deležni naraščajoče stigmatizacije in diskriminacije. Populistične stranke in kampanje predsodke do te skupine spodbujajo na primer tako, da jo **krivijo za širjenje virusa**. Gibanje prosilcev za azil je v nekaterih državah omejeno še bolj, kot to velja za večinsko prebivalstvo, kar dodatno stigmatizira to že tako ranljivo skupino. Tudi množične karantene in izolacije migrantskih delavcev in delavk so zanje otežile dostop do strokovnih služb. Stigma je v tem smislu ne le vzrok za naraščajoče **neenakosti** v (duševnem) **zdravju**, temveč jih tudi povečuje. Povzroči namreč lahko še večjo **socialno izolacijo**, zaradi katere migranti in migrantke še težje poiščejo pomoč.

**Naročite se na naš e-novičnik in poskrbeli bomo, da boste prejeli sveže informacije in izobraževalna gradiva programa OMRA!**

**Aktualne dogodke, poročila z delavnic, odzive s terena in druge zanimivosti iz področja duševnega zdravja redno objavljamo tudi na družbenih omrežjih. Spremljajte [@ProgramOmra](#) na [Facebooku](#) in [Twitterju](#).**

# Partnerji programa



Program OMRA sofinancira Ministrstvo za zdravje RS.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program OMRA, vse pravice pridržane.