

OBISK DNEVNEGA CENTRA MESTA, HELSINKI

Katja Krajnc

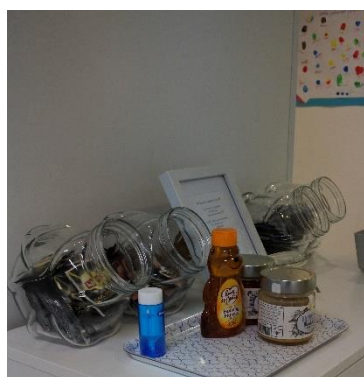
V okviru srečanja Correlation – European Harm Reduction Network, ki se je odvijalo od 2.– 4. 9. 2019 v Helsinkih, sem obiskala organizacijo Kipinä, ki ima za uporabnice in uporabnike prepovedanih drog na voljo dnevni center Mesta. Kipinä je nevladna organizacija, ki deluje na področju zmanjševanja škode. Dnevni center Mesta je odprt šele od avgusta in je financiran s sredstvi, ki jih država dobi od nakupa loterijskih srečk. Osnovni pristop njihovega delovanja je t.i. »kava za okrevanje« (angleško recovery coffee). Uporabniki in uporabnice si lahko ob obisku dnevnega centra skuhamo kavo ali čaj. Kavo ali čaj si pripravijo sami v skladu s svojimi željami in počutjem. Namen kave/čaja za okrevanje so majhna razvajanja, s čimer lahko uporabniki in uporabnice vsaj za trenutek pobegnejo iz krutega in težkega življenja, ki ga imajo. Poleg kave ali čaja si lahko pripravijo različne prigrizke.



Slika 1: Dnevni prostor.



Slika 2: Kava/čaj za okrevanje.



Naredi-sam skupina in skupina za samopomoč

Znotraj dnevnega centra izvajajo dve skupini: **(1) Naredi-sam skupina**, na katerih izvajajo ustvarjalne delavnice (slikanje, izdelovanje mila, poslikava podstavkov ipd.). Pomoč z umetnostjo vidijo kot pomemben proces, ki je usmerjen k osebni rasti, samospoznavanju, prepoznavanju in izražanju čustev, boljši samopodobi, komunikaciji, vedenju ter počutju. Uporabniki in uporabnice so aktivno vključeni v proces ustvarjanja, kar jim omogoča, da predstavijo lastna čustva ter občutke na svoj način. **(2) Skupina za samopomoč**, ki jo vodi psihologinja. Skupina za samopomoč je osnovana na pristopu, kako pozitivno spremeniti negativna čustva. Zaposleni v dnevnem centru izhajajo iz prepričanja, da sprejemanje, še posebej negativnih čustev, prinaša stabilen čustveni odskok in da imajo tisti, ki znajo sprejemati negativna čustva, manj znamenj tesnobe in depresije. Uporabnikom in uporabnicam poskušajo pokazati, da so negativna čustva posledica slabih življenjskih izkušenj, ki pa pomembno vplivajo na naše razpoloženje in duševno zdravje. Pri tem pa je pomembno, da se takšnim čustvom in občutkom, ki jih prinašajo, ne izogibamo, marveč se z njimi spopademo in naučimo, kako ravnati v prihodnje.



Slika 3: Prostora, kjer se izvajajo skupini.

Ulična klinika

V okviru dnevnega centra izvajajo tudi terensko delo »Ulična klinika«. Na lokacijah, kjer se zadržujejo odvisniki in odvisnice od prepovedanih drog, delijo sterilni material za injiciranje, izvajajo testiranja za hepatitis in hiv, jih spremljajo do osebnih zdravnikov/zdravnic ali v bolnišnice ipd. Na leto dosežejo približno 700 uporabnikov in uporabnic.

Dnevni center Mesta se razlikuje od drugih dnevnih centrov v Helsinkih. Njihov namen je ustvarjanje prijetnega prostora, kjer se lahko uporabniki in uporabnice skozi ustvarjalne delavnice in skupine za samopomoč soočajo s svojimi čustvi, samopodobo ter s svojo zasvojenostjo. Osnovno sporočilo njihovega centra je, da lahko kadarkoli prideš na kavo, zaduhaš in poveš svojo zgodbo. Da so tukaj, da poslušajo.

