



Psihosocijalna i psihološka podrška hrvatskim braniteljima za vrijeme COVID 19

Vinkovci, 28.02.2022. godine

Jedan od osnovnih uzroka za koji je potrebna psihološka i psihosocijalna pomoć je TRAUMA

Što je trauma > promjena?

Trauma je promjena koja sili osobu da bude netko drugi > osoba drugačije gleda na stvarnost i nove sposobnosti

Ishodi trauma nisu nikad predvidivi

Reakcija na ishode traume su različite

Pozitivna promjena je razumijevanje

Željena reakcija - poštovanje

Životno ugrožavajući događaji velikih razmjera i katastrofe su najčešći uzrok traume.

Takvi događaji imaju poguban učinak na zdravlje pojedinaca, funkcioniranje zajednica, a na nacionalnoj razini mogu dovesti do dubokih gospodarskih poremećaja i političke nestabilnosti. Neka područja su češće pogodjena od drugih, što je povezano s njihovim zemljopisnim osobinama

Završetkom Domovinskog rata suočili smo se i s velikim brojem vojnih i civilnih invalida koji uz psihičke traume nose i težak teret tjelesnog oštećenja.

Učestala radna nesposobnost u populaciji hrvatskih branitelja pogodovala je socijalnom isključivanju kako samih branitelja tako i njihovih obitelji te se pokazalo kako veterani kod nas, kao i svugdje u svijetu, predstavljaju rizičnu skupinu koja zaslužuje prioritetan status u strategijama skrbi, ali i javnog zdravstva svojih zemalja, ali što većinom nije slučaj.

. Hrvatski branitelji suočeni su s različitim rizicima i problemima poput siromaštva, invalidnosti, nezaposlenosti, bolesti i slično, ali se mogu izdvojiti i kao posebno ranjiva skupina zbog dugotrajnih i teških posljedica proizašlih iz ratnog stradanja.

Kada se dogodi krizna situacija, nesreća velikih razmjera ili katastrofa, sve ono što smo dotada poznavali iz temelja se mijenja, a osjećaj sigurnosti pojedinca i zajednice ozbiljno je ugrožen.

To je izazvala i ova epidemiološka situacija sa Covid 19 čije su tzv. mjere zaštite još više utjecale na osnovne resurse za dostojanstveni život kod stanovništva, a posebno hrvatskih branitelja uzrokujući im snažne osjećaje patnje, gubitka i bespomoćnosti ograničavanjem kretanja, zajedničkih druženja i nametanjem onoga na što se neki teško privikavaju ili se ne mogu i ne žele priviknuti.

U takvim trenucima, psihosocijalna podrška štiti, brani i osnažuje, te pomaže bržem oporavku.

Psihološka i psihosocijalna pomoć, a posebno uz dosadašnju problematiku hrvatskih branitelja, ratnih vojnih invalida, obzirom na starenje populacije, očekuje se da će zdravstvene potrebe hrvatskih branitelja biti sve izraženije, posebice kod onih branitelja koji se nalaze i u teškoj novčano-materijalnoj situaciji ili nemaju članova obitelji koji bi mogli za njih skrbiti. U tim slučajevima će biti potrebna pomoć institucija, ali i udruge koje bi trebale svoje članove osposobiti za pružanje tih vrsta pomoći, jer će zdravstveno stanje branitelja prelaziti u palijativno i biti će neophodna suradnja sa zdravstvenim djelatnicima na zajedničkoj pomoći.

Radi obuzdavanja širenja virusa i bolest COVID-19 te zaštite zdravlja stanovništva uvode se izvanredne preventivne mjere. One značajno mijenjaju život pojedinca i zajednice što dodatno izaziva stres i prijetnju mentalnom zdravlju pojedinca i cjelokupne zajednice. Kad smo u stanju stresa, imamo prirodnu potrebu smanjiti njegov intenzitet, a kako bismo to postigli koristimo različite strategije i ponašanja. Neki od njih su učinkovite, a neke ne. Kod nekih osoba ovi događaji mogu dovest do narušenoga mentalnog zdravlja koje može bit znatno duljeg trajanja od same prijetnje tjelesnom zdravlju.

Ova epidemija može izazvat niz stresnih reakcija (npr. nesanicu, smanjeni osjećaj sigurnost, pojačanu uznemirenost i anksioznost), traženje žrtve i stigmatizaciju, zdravstveno rizična ponašanja (pojačanu uporabu duhana, alkohola ili drugih sredstava ovisnost), pojačanu neravnotežu između radnog i privatnog života (pretjerana predanost poslu u situaciji nošenja s jakim stresom) te pojavu psihosomatskih simptoma (npr. tjelesne simptome poput nedostatka energije ili općih bolova i tjelesne nelagode), ali i ponašanja kao što su povećana i nekontrolirana uporaba lijekova. Sve to značajno može narušit naše mentalno zdravlje - može ograničit mogućnost ostvarivanja punih osobnih potencijala i uspješnog nošenja sa stresom te umanjiti radnu produktivnost i kapacitete doprinošenja zajednici u kojoj živimo. Također, može dovest i do razvoja ili pogoršanja mentalnih poremećaja kao što su depresivni i anksiozni poremećaj te posttraumatski stresni poremećaj

Psihosocijalna pomoć sudionicima i stradalnicima iz Domovinskog rata mora biti stupnjevita ovisno o vrsti traumatskog iskustva, intenzitetu reakcije na stres te životnim okolnostima.

Osobe koje pružaju psihološku pomoć moraju biti stručno osposobljene kako bi korisnicima u svakom trenutku pružile socijalnu podršku i pomoć, psihološko savjetovanje, a ako se ukaže potreba da bi organizirale psihoterapijsko i psihijatrijsko liječenje i na kraju hospitalizaciju.







5. memorijalni biciklistički maraton
Prevlaka - Vukovar - Ilok
26.04.2022. - 02.05.2022.

Etape maratona

- 26.04.2022. Prevlaka - Metković 150 km
- 27.04.2022. Metković - Knin 210 km
- 28.04.2022. Knin - Slunj 166 km
- 29.04.2022. Slunj - H. Kostajnica 140 km
- 30.04.2022. H. Kostajnica - Đakovo 180 km
- 01.05.2022. Đakovo - Vukovar - Ilok 120 km
- 02.05.2022. Borovo selo mimohod

Tek kad mi jednom s dušom
po svemiru se krene,
zaorit će ko grom:
O, gledajte ju divnu,
vi zvijezde udивljene,
To moj je, moj je dom

S.S. Kranjčević

Made with PosterMyWall.com

BICIKLISTIČKI KLUB METKOVIC
BICIKLISTIČKI KLUB ĐAKOVA
HUMANITARNA UDRIJKA
BRANITELJ POMAŽE BRANITELJU



HVALA
I
VIDIMO SE

1. HUMANITARNI MALONOGOMETNI TURNIR

UZ HEROJE DO GROBA

IGRALIŠTE ISPRED DVORANE ARAPOVAC SOLIN-JAPIRKO

NAGRADE:

1. **20 000 kn**
2. **10 000 kn**
3. **5 000 kn**
4. **1 000 kn**

PRIJAVE OD
01.05. DO 01.06.

IZNOS UPlate: **500 kn**

KONTAKT BROJ:
095 555 4807

POČETAK TURNIRA:
10.06.2022. (5+1)

PETAK - 19:00h

SAV PRIHOD IDE ZA UDRUGU
„BRANITELJ POMAŽE BRANITELJU“
IZ HEROJSKOG GRADA VUKOVARA

ORGANIZATORI:  @djeca_odana  Djeca Odana

#UzHerojeDoGroba