



Cerību spārni vēstis

www.ceribusparni.lv

Labdien, lasītāj!



Biedrība „Cerību spārni” ir sagatavojusi pirmo avīzi ar plašāku aprakstu par mūsu darbu un ikdienas aktivitātēm.

Biedrība ir dibināta 2003. gadā, 10 gadu laikā esam paveikuši daudz, bet esam sapratuši, ka to zinām tikai mēs, tāpēc ar šo izdevumu vēlamies informēt visus, kuriem interesē tas, ko dara biedrība „Cerību spārni”, kas ir paveikts un kas plānots.

Kopš 2004. gada ar Siguldas novada pašvaldības atbalstu mēs uzsākām sniegt sociālās rehabilitācijas pakalpojumus bērniem ar invaliditāti un bērniem no mazturīgām ģimenēm. Šogad ir desmitais gads un pateicoties pašvaldības atbalstam, mēs turpinām sniegt pakalpojumus. Rakstam projektus, lai papildus piesaistītu līdzekļus dažādu pakalpojumu nodrošināšanu.

2013. gadā sociālās rehabilitācijas pakalpojumus saņēma 72 bērni ar funkcionāliem traucējumiem.

2013. gadā mēs uzsākām sniegt pakalpojumus arī pieaugušām personām ar funkcionāliem traucējumiem un pakalpojumus saņēma 27 personas.

2013. gadā atvērām Labdarības tirdzniecības centru “Pogotava”, kurā var iegādāties dažādus rokdarbus, saņemot šūšanas pakalpojumu, kā arī ir iespēja apgūt dažādas rokdarbu tehnikas.

Vēl par citām aktualitātēm regulāri informēsim, ja vēlaties saņemt Cerību spārnu vēstis elektroniski, sūtiet savu pieteikumu uz e-pastu ceribusparni@ceribusparni.lv.

Daudz labu darbu un atbalstu mēs varam paveikt pateicoties ziedotāju un sponsoru atbalstam, tāpēc mēs regulāri ievietosim mūsu izdevumā informāciju par atbalstītājiem.

Ar cieņu,
Eva Viļķina

Biedrības „Cerību spārni”
valdes priekšsēdētāja

eva.vilkina@ceribusparni.lv

Šajā numurā:

Aktualitātes	2
Sociālās rehabilitācijas pakalpojumu klāsts	4
Lolitas un Ineses pieredze	5
Sporta klubs	6
Kopiena “Cerību sēta”	7
Talka “Cerību sētā”	8

Veidosim “Cerību spārni vēstis” kopā!

Ieteikumus un priekšlikumus sūtiet uz
e-pastu:

olegs.zubkovs@ceribusparni.lv

Tikšanās ar LR Labklājības ministru U. Auguli



Š.g. 16.aprīlī biedrības "Cerību spārni" valdes priekšsēdētāja E. Viļķina un Biedrība "Latvijas kustība par neatkarīgu dzīvi" (LKNDz) valde tikās ar LR Labklājības ministru

U. Auguļa k-gu. Tikšanās laikā tika apspriesti jautājumi

par sadarbību cilvēku ar funkcionāliem traucējumiem dzīves kvalitātes izvērtēšanā ilgstošas sociālās aprūpes institūcijās, iespējamo sadarbību vienotās Eiropas mācību programmas primārās aprūpes personālam ieviešanā Latvijā, par sabiedrībā balstītu pakalpojumu attīstības perspektīvām un izaicinājumiem, deinstitutionalizācijas modeļa izstrādes uzraudzības aspektiem.

Tikšanās notika savstarpējā sapratnes gaisotnē, pusēm vienojoties par turpmākās sadarbības pasākumiem.

www.lkndz.lv

Labdarības tirdzniecības centrs

Pogotava

Mēs atrodamies

Siguldā, Raiņa ielā 1

(ieeja no Pakalpojumu centra pusēs)

Darba laiks:

darbadienās no plkst. 9.00 līdz 18.00
sestdienās no plkst. 9.00 līdz 15.00

Pieredzes apmaiņas brauciens uz Dāniju Gruntdivig projekta ietvaros

Bērnu un jauniešu ar invaliditāti biedrības „Cerību spārni” vadītāja Eva Viļķina un projekta vadītāja Laura Lāce no 23.04. – 26.04. apmeklēja Gruntdivig projekta sadarbības partnervalsti Dāniju. Vizītes laikā notiek tikšanās ar projekta partneriem no Itālijas, Spānijas, Turcijas, Rumānijas un Portugāles.

Dānijas partneri iepazīstina ar atbalsta un aprūpes sistēmu cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem. Tiek apmeklēti dažādi pakalpojumi, izglītības iestādes, aprūpes centri un sociālie ciemati. Turpinās diskusija par projekta virzību, kura gala produkts būs informatīvs materiāls - kā nepazaudēt ticību saviem spēkiem saglabājot dzīves kvalitāti. Projekta ietvaros katrā dalībvalstī tika intervēti cilvēki ar funkcionāliem traucējumiem un viņu ģimenes locekļi.

Saņemtās atbildes, neskatoties uz valstu atšķirīgo kultūru un sociālā atbalsta nodrošinājumu, neatšķīrās. Intervijās tika uzrunāti cilvēki, kuri, neskatoties uz funkcionālo traucējumu ierobežojumiem, ir spējuši ieraudzīt savas stirpās puses un dzīvot pēc iespējas neatkarīgu un pilnvērtīgu dzīvi.

Tikšanās notiek Dānijas otrajā lielākajā pilsētā Aarhus.

No 4.-8. jūnijam visu projekta dalībvalstu pārstāvji ieradīsies Siguldā un iepazīsies ar biedrības „Cerību spārni” piedāvāto atbalstu un pakalpojumiem.

Laura Lāce



Zviedru lektores Inger Liljas seminārs par autisma spektra iezīmēm



Latvijas Kustību par Neatkarīgu dzīvi sadarbībā ar biedrību „Cerību spārni” 9. un 10.maijā noorganizēja zviedru lektores Ingeres Liljas semināru, kuru viņa mums dāvināja. Divu dienu semināru par autismu un darbu ar bērniem/jauniešiem, kuriem ir autisma spektra iezīmes. Tika sniegtas teorētiskas zināšanas un apgūtas praktiskas darba metodes, kuras var lietiski izmantot savā ikdienā gan vecāki - mājas vidē, gan arī pedagogi un pakalpojumu sniedzēji - izglītības iestādēs un pakalpojumos.

Semināru apmeklēja vecāki, pirmsskolas un skolu pedagogi, speciālisti, sociālie darbinieki u.c. interesenti no Siguldas, Rīgas, Cēsīm un Madonas.

Pēc lektores I.Liljas teiktā – *Autisms nav slimība, tas ir eksistences veids. Zinot dažādas pieejas, mēs varam palīdzēt un atvieglot savstarpējās sapratnes un pieejas darbam ar cilvēkiem ar autismu.*

Semināra laikā ieguvām daudz praktisku piemēru, kam būtu nepieciešams pievērst uzmanību, lai labāk varētu saprast, ko jūt cilvēks ar autismu un kā viņš saredz apkārtējo pasauli, jo tas dod iespēju daudz labāk saplānot ikdienas darbu.

Nezinot par šīm daudzajām niansēm, mēs labu gribēdami varam nodarīt pretējo efektu. Piemēram, cilvēki ar autismu izjūt sāpes, ja viņiem griež matus, viņi izjūt sāpes tīrot zobus, ir grūtības ar laika izpratni u.c. nianses.

Ir svarīgi, ja ir izplānots saprotams dienas ritms, lai cilvēks ir drošs par aktivitātēm, kura aiz kuras sekos. Ja cilvēks ar autismu nespēj komunicēt un pateikt ko viņš vēlas, tas var izraisīt agresivitāti, tāpēc ļoti svarīgi ir mācīt jau no mazotnes simbolu valodu caur kuru cilvēkam ar autismu ir vieglāk komunicēt, jo pārsvarā gadījumos šie cilvēki nespēs apgūt verbālo valodu un tāpēc ir svarīgi, ja ir iespēja sazināties ar simboliem. Lektore I. Lilja bija atvedusi ļoti daudz un dažādus uzskates materiālus, kurus var izmantot strādājot ar cilvēkiem ar autismu.

Strādājot ar cilvēkiem ar autismu, apmācot prasmes ļoti liela nozīme ir vienotai savstarpējai sadarbībai ar vecākiem, izglītības iestādi un pakalpojumu sniedzējiem, lai visiem darbā ar konkrētu cilvēku būtu vienādas metodes un materiāli.

Pēc I.Liljas teiktā –

Cilvēkiem ar autismu medikamenti nav nepieciešami, tikai gadījumos, ja papildus ir epilepsija. Jo šiem cilvēkiem agresivitāte rodas brīžos, kad apkārtējie viņus nesaprot un viņi nespēj izteikt savu vēlmi, vai tajā brīdī viņam gribas ēst, dzert vai ko citu. Un vieglāk jau ir atrast kādus nomierinošus medikamentus, nevis meklēt iespējas, kā sazināties, lai varētu saprast šo cilvēku vajadzības.

Pateicamies Latvijas Kustības par Neatkarīgu dzīvi valdes priekšsēdētājai Ingai Šķesterei par tulkošanu un Siguldas pagasta kultūras nama vadītājai Terēzijai Leimanei un darbiniekiem par telpu nodrošināšanu un sniegto atbalstu.

Eva Viļķina

Biedrības “Cerību spārni” piedāvātie pakalpojumi

Sociālie pakalpojumi bērniem ar funkcionāliem traucējumiem:

- Sociālā darbinieka konsultācijas;
- Ārstnieciskā vingrošana;
- Deju un kustību terapija;
- Mākslas terapija;
- Mūzikas terapija;
- Smilšu terapija;
- Asistentu pakalpojums;
- Gaismas teātris;
- Logoritmika;
- Runas terapija;
- Bērnu īslaicīgā pieskatīšana;
- Vecāku atbalsta grupas;
- Canis (suņu) terapija;
- Nodarbības ar zirgiem.

Sociālie pakalpojumi pieaugušām personām ar funkcionāliem traucējumiem

Nodarbinātības pakalpojumi:

- Aušanas darbnīca;
- Šūšanas darbnīca;
- Dažādu rokdarbu tehniku apguves apmācības;
- Ziepju darbnīca;
- Mājturības darbnīca pašaprūpes, ēst gatavošanas un māsasaimniecībā nepieciešamo iemaņu apguvē.

Atbalsta pasākumi pieaugušām personām ar funkcionāliem traucējumiem

- Deju un kustību terapija;
- Ārstnieciskā vingrošana;
- Mūzikas nodarbības;
- Gaismas teātris;
- Psihologa atbalsta grupa;
- Vizuālā māksla.

Biedrības “Cerību spārni” Sporta klubs

- Ir izveidota kluba padome, kurā iesaistās konkrētu sporta virzienu iniciatori (nodaļu vadītāji);
- Iespēja darboties klubā ir personām ar invaliditāti un citiem interesentiem;
- Katru piektdienu notiek treniņi Siguldas novada Sporta skolā;
- Darbības virzieni – vieglatlētika, orientēšanās un makšķerēšana.
- Regulāri piedalāmies vieglatlētikas sacensībās.

Labdarības tirdzniecības centrs „Pogotava”, Siguldā, Raiņa ielā 1

Mēs piedāvājam:

- Rokdarbus un suvenīrus
- Dāvanas un dāvanu iesaiņošanu
- Šūšanas pakalpojumus;
- Masku izgatavošana pēc pasūtījuma;
- Biedrības “Cerību spārni” dalībnieku izstrādātus roku darbus.

Ienākumi no labdarības centra tiek novirzīti labdarības un atbalsta programmām cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem.



Aktivitāšu laikus skatīt
www.ceribusparni.lv sadaļā kalendārs

Biedrības “Cerību spārni” atbalstītāji aprīļa mēnesī

- DNB Banka – uz vienu gadu labdarības centram “Pogotava” atbrīvo no īres maksas;
- NP Food – produkcijas ziedojums;
- Z/S „Pīlādži” – ziedoti ogu krūmi un augļukoki “Cerību sētas” augļudārzam;
- AS SEB Banka finansiāls atbalsts Sporta klubam “Spārni”;
- Kino “Lora” kino seansa apmeklējums 20 personām;
- Herbalife neatkarīgajiem konsultantiem par iespēju piedalīties klientu festivālā Kocēnos, kurā varējām iepazīstināt ar biedrības darbu un realizēt labdarības darbus. Ziedojumos saņēmām 206,34 euro, kuri tika novirzīti bērnu ar funkcionāliem traucējumiem terapiju nodrošināšanai.

“Cerību spārni” manā dzīvē — Lolitas pieredze



„Cerību spārni” ir manas dzīves sastāvdaļa. Ar biedrību esmu pazīstama jau septiņus gadus. Ir tik daudz labu vārdu, ko pateikt par šo biedrību, ka nezinu ar ko sākt.

Laikam jau pats liktenis mani saveda ar šo biedrību „Cerību spārni”. Tas bija tas laiks, ko negribu pat atcerēties. Tas likās kā murgs – manam dēlam noteica invaliditāti. Pirmajā brīdī nesapratu, ko man tagad darīt, ko iesākt, kur vērsties pēc palīdzības un atbalsta. Bērns tika atstumts no vienaudžiem, es jutos atstumta tik pat ļoti kā viņš. Meklēju iespējas, kur bērns varētu attīstīt sevi, pilnveidot. No draugiem uzzināju, ka ir biedrība kurā notiek nodarbības bērniem ar īpašām vajadzībām. Ar dēlu sākām regulāri apmeklēt „Cerību spārnus”. Viss sāka nokārtoties, līdz brīdim, kad ar meitu notika nelaimes gadījums. Biju ļoti izmisusi un nobijusies. Vienīgais, kas mani turēja pie cerības, ka meitas stāvoklis uzlabosies bija atbalsts no „Cerību spārnim”. Šis atbalsts deva spēku gan man, gan maniem bērniem. Meitas stāvoklis bija tik smags, ka ārsti nedeva nekādas cerības, ka meita varētu vēl kādu reizi staigāt, bet notiek dzīvē arī brīnumi. „Cerību spārni” nekad neļāva man padoties. Lika cīnīties, jo meitai es biju vajadzīga. Rehabilitācija, ko manai ģimenei sniedz šī biedrība ļāva manai meitai atkal staigāt, runāt un smaidīt. Manā personībā „Cerību spārni” ir atstājuši neizmaināmas korekcijas. Neskatoties uz to, ka man ir divi bērni ar īpašām vajadzībām, es uzsāku studijas augstskolā.

Tagad pati palīdzu cilvēkiem, kuri ir nokļuvuši grūtā situācijā. Esmu kļuvusi par labāku cilvēku šajā pasaulē.

Lolita Bogdāne

“Cerību spārni” manā dzīvē — Ineses pieredze



Man ir ļoti liels prieks, ka esmu nokļuvusi biedrībā „Cerību spārni”.

Ar vadītāju Evu jau sadarbojos 10 gadus. Man kā cilvēkam ar funkcionāliem traucējumiem ir ļoti nepieciešams tāds Dienas centrs. Šeit esmu atradusi savu nodarbošanos, es pārļoju, filcēju, zīmēju kartiņas, izšuju. Mums ir arī dejošana un dziedāšana.

Mēs esam ļoti saliedēts un jauks kolektīvs. Man arī prieks, ka varu turpināt treniņus un sportot, jo biedrībā ir sporta klubs. Iesakām arī savas idejas un ieceres, lai varētu pilnveidot mūsu Dienas centru.

Inese Mežaka

Biedrības “Cerību spārni” jaunieši sporto

Kopš 2013.gada sadarbībā ar Siguldas novada domes sporta pārvaldes darbinieci Karīnu Putniņu katru piektdienu dodamies sportot uz Sporta skolas sporta zāli. Sākumā bijām daži sportot gribētāji, bet nu jau esam lielākā skaitā.

Ja mums jautātu, ko darām? Varam atbildēt vingrojam, sportojam, trenējamies, spēlējam florbolu, kurš norisinās dažreiz diezgan „karsti”, piedalās gan meitenes, gan puīši. Patīkami, ka meitenes arī parāda savas spējas.

No visa ko darām sportā sniedz enerģiju, uzlabo reakciju, veici-

na domāšanu, saliedētību, veido attieksmi pret otru cilvēku – komandas biedru. Arī turpmāk turpināsim sadarbību ar Karīnu Putniņu un pateicamies viņai par sadarbību.

*“Sporta klubā mēs
vingrojam, trenējamies
un spēlējam florbolu”*

Kas mums patīk un ko iegūstam sportojot:

Edgars – Trenējos skriešanā, attīstu kustības, stāju. Adrenalīns. Patīk kolektīvs.

Alvis – piedalīšanās sportā attīsta spēku.

Druvis – palīdz atslēgties no ār pasaules stresa, iegūstu jaunu spēku, jaunai nedēļai.

Jolanta – Iegūstu jaunu enerģiju.

Signe – patīk spēlēt florbolu un citas aktivitātes, kuras pasniedz Karīna.

Aivis Pīlādzis

Sporta svētki Bauskā



jo saņēmām pozitīvas emocijas un iespēju pasportot.

Sadarbība ar biedrību „Bauska” turpināsies, jo esam uzaicināti uz vasaras sporta spēlēm, kas notiks Sporta centra „Mēmele” stadionā. Ceram, ka Bauskas sportisti, kā katru gadu, piedalīsies Siguldas Nevalstisko organizāciju sporta spēlēs jūnijā.

Ar nepacietību gaidām jaunas sacensības, jaunas iespējas pierādīt savu sportisko apņemšanos uzvarēt.

Līga Kaulača

Š.g. 15.martā Bauskā notika Bauskas novada atklātie pavasara sporta svētki cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem. Sacensībās piedalījās sportisti no Īslīces, Vecsaules, Rundāles, Bauskas un Biržiem (Lietuva).

„Cerību spārnu” komandā startēja 19 sportisti. Kopumā sacensības bija pulcējušas 140 cilvēku. Sacentāties šautriņu mešanā, florbola sitienos, spilvenu mešanā, lidojošā šķīvīša mešanā mērķī, smaguma mešanā, „ķengursomā”, tenisa bumbiņas žonglēšanā, jautrības stafetē. Esam gandarīti par izcīnītajām 16 medaļām. Šoreiz veiksmīgākie bija I. Mežaka, Dz. Pavlovičs, J. Lasmane, A. Ketlers, E. Koemecs, bet ieguvēji bijām mēs visi,



Kopiena “Cerību sēta”

Kopienas „Cerību sēta” pakalpojuma mērķis ir veicināt cilvēku ar garīga rakstura traucējumiem iekļaušanos sabiedrībā, iespējami neatkarīgu dzīvi un sekmēt vienlīdzīgu iespēju īstenošanu, nodrošinot atbalstošu dzīves vidi, ikdienas nodarbinātības aktivitātes, sociālo rehabilitāciju un mūžizglītības iespējas.

Kopienā plānots:

- Uzcelt dzīvojamās mājas un saimniecības ēkas;
- Veikt lauksaimniecisko darbību, kopienas iedzīvotāju pamatvajadzību nodrošināšanai;
- Izveidot specializētās darbnīcas;
- Organizēt sociālos pakalpojumus;
- Nodarboties ar citu kopienai saistošu saimniecisko darbību.

Dzīvojot kopienā cilvēki ar garīga rakstura traucējumiem:

- Saņems vajadzībām atbilstošu atbalstu un spēš pilnvērtīgi iekļauties sabiedrības dzīvē, nebūs spiesti dzīvot izolācijā un nošķirtā vidē, no pārējās sabiedrības;
- Uzlabos gan patstāvīgas dzīves, gan darba vidē nepieciešamās prasmes un iemaņas, kas dos iespēju būt nodarbinātiem, atbilstoši savām spējām un interesēm;
- Kopienas biedrs nav patērētājs, bet atbilstoši spējām nodrošina savu līdzdalību patstāvīgas dzīves veidošanā;
- Dzīvos ģimeniskā vidē.

Kopienas “Cerību sēta” dzīvojamās mājas vizuālais projekts



Šobrīd paveiktais

Esam uzsākuši iebraucamā ceļa izbūvi uz zemes īpašumu, kurā tiks veidota kopiena „Cerību sēta”.

Mēs būsim ļoti pateicīgi, ja kādam ir iespēja atbalstīt pievadceļa izveidi.

Liels PALDIES visiem, kas līdz šim ir atbalstījuši!



Talka “Cerību sētā”



Š.g 1. maijā biedrības draugi un atbalstītāji piedalījās ikgadējā kopienu “Cerību sētā” talkā. Laika apstākļi nebija šķērslis, lai iežogotu augļu dārzu, sagrābtu veco zāli, iestādītu jaunus ogu krūmus, ābeles, ķiršus un plūmes. Pēc labi padarīta darba talcinieki pulcējās pie kopējas maltītes.

Paldies visiem talciniekiem par ražīgi paveikto darbu un uz tikšanos nākamajos biedrības pasākumos!

Īpašs paldies Z/S “PĪLĀDŽI” par ogu krūmiem un augļu kokiem!

Biedrības “Cerību spārni” valdes priekšsēdētāja Eva Viļķina

Arī Jūs varat atbalstīt biedrības
„Cerību spārni” darbu, ziedojot
biedrības ziedojumu kastītēs, kuras atrodas:

- 😊 Konditorejā „Eklērs”;
- 😊 RBTC Gāles nams;
- 😊 Veikalā „Mājai un dārzam”;
- 😊 SIA „Puķu Elvis”;
- 😊 FREKO veikalos Siguldā;
- 😊 Saulgrieži Ltd aptiekā;
- 😊 Veikalā „Copes nams”.

Paldies!

Bērnu un jauniešu ar invaliditāti biedrība „Cerību spārni”

Reģistrācijas Nr.: 40008078885

Adrese: Institūta iela 5a, Siguldas pagasts, Siguldas novads, LV 2150

Konta Nr. LV88HABA0551017689099

Kopienas „Cerību sētā” ziedojuma konti

Swedbankas konta Nr.: LV24HABA0551029018881

DNB bankas konta Nr.: LV13RIKO0002013016815

Biedrībai ir piešķirts sabiedriskā labuma organizācijas statuss.

www.ceribusparni.lv

Katrs atbalsts ir nozīmīgs!