

KAIP MES (IŠ)GYVENOME

PER KARANTINĄ

Savo įspūdžiais ir išgyvenimais dalijasi Valakampių socialinių paslaugų namų Savarankiško gyvenimo namų bendruomenė



Karantinui prasidėjus... tai, kas buvo įprasta, tapo nepasiekiamu ir uždrausta. Artumas su žmonėmis – grėsmė sveikatai ir gyvybei. Socialinis atstumas – rūpestingumo įrodymu. Šie pokyčiai sukėlė dvejoją jausmą: nežinomybės baime, bet tuo pačiu ir smalsumą patirti tai, ko dar niekada neteko patirti. Turėjome išmokti naujų „gyvenimo taisyklių“. Atėjo išbandymų metas visai mūsų bendruomenei. Taigi natūralu, kad iš pradžių sutrikome. Pykome. Priešinomės. Kovojoje. Bet vieni kitus palaikydami – prisitaikėme.

Savo išgyvenimais dalijasi gyventojas Kęstutis: „Sunkiausia buvo priprasti, kad visur tuščia. Nevyksta jokie renginiai. Pirmą kartą gyvenime negalėjau nueiti į Velykines mišias, susinervinau dėl Velykų, dar taip niekada nebuvo, kad mišiose nedalyvaučiau. Popiežius pasakė, kad reikia būti namuose ir laukti, kol baigsis karantinas. Tiek planų turėjau ir viskas sustojo“.

Gyventojai Justinai karantino metu padėjo filmai, muzikos klausymas, maisto gaminimas, tvarkymasis namuose. „Peržiūrėjau visas spintas, susirūšiuoju drabužius, kas buvo nereikalinga – padovanojau draugėms. Rinkausi internete šukuoseną, labai noriu po karantino nueiti į grožio saloną, pasidaryti ir pasikirpti plaukų, jau žinau – kaip.“

Gyventojai Raisai sunkiausiai sekėsi susitaikyti su laikina atskirtimi nuo šeimos: „Mano visi artimi žmonės gyvena SOS kaime. Ten ir mano auklėtojos, ir sesės. Nuolat aplankydavau visus. Ir mano kalytė Knopkė SOS kaime gyvena, labai jos pasiilgau. Kai visi užsitarė, beliko bendrauti internetu, telefonu, bet tai ne tas pats, kaip nuvažiuoti į svečius, su visais artimais bendrauti.“

Nepaisant visko, mes tvirtai žinojome viena – turime saugotis, juk esame atsakingi vieni už kitus. O saugotis reiškė ne tik neiti be rimtos priežasties iš namų, bet ir laikinai palikti darbus. Dirbantys gyventojai nusprendė, kad dėl kitų ir savo saugumo karantino metu nedirbs, kadangi jų darbovietės – prekybos centrai, gamybos cechai, rūšiavimo ir valymo paslaugas teikiančios įmonės – tapo padidintos rizikos užsikrėsti koronavirusu vietomis.

Gyventojas Vidmantas prisipažino: „Laikas slinko labai lėtai, buvo psichologiškai labai sunku. Tačiau visi žinojome, kad kažkada visa tai pasibaigs, vėl viskas bus kaip anksčiau, eisim į darbus, važiuosim, kur mums reikės, vaikščiosim pas draugus arba į piceriją“.

Emocinė sveikata – svarbiausia! Tokią išvadą pasidarėme, kai supratome: nors karantino apribojimai sukėlė daug streso ir slogių minčių, vis dėlto turime kuo džiaugtis – pavaršariu, kaimynų sode žydinčiomis obelimis, atgjančiu ir mūsų visų puoselėjamu gėlynu, vieni kitais. O savo jausmus, mintis, nuotaikas liejome... ant asfalto. Piešiniuose atgijo animacinių filmukų veikėjai, gamtos kampeliai, gyvūnų pasaulis. Net keista, kad visi piešiniai tryško gera nuotaika ir bendryste!

Karantino metu toliau rūpinomės savo globojamomis katėmis, juk esame už jas atsakingi, o jos atsidėkodamos padėjo mums semtis gerų emocijų. Kartu laukdavome žinių, dirbome, ilsėjomės ir tinginiavome! Mokėmės gaminti patiekalus, kuriems anksčiau neturėjome laiko. Laikydami visų būtinų apsaugos priemonių netgi įsigudrinome surengti cepelinų puotą! O jų gaminimo darbus pasidalijome pagal gebėjimus ir nuotaiką.

Socialinei atsakomybei karantinas negalioja! Seniai įprastas, plačiai žinomas ir atskiro dienoraščio vertas mūsų bendruomenės jautrumas beglobių gyvūnų problemoms. Apie istoriją, nutikusią karantino metu, pasakoja gyventojas Loretas: „Kai buvusi gyventojas Violeta (vardas pakeistas) vėlai vakare paršė, kad iš nuomojamo būsto skubiai išsikrausčiau, o savo gyvūnus – kačiuką ir triušiuoką – išeidama tiesiog paliks kieme prie suolelio, nes į naują butą jų imti negalės, aš apsiverkiau. Ir supratau: turiu kažką daryti. O dar žinojau: galiu prašyti darbuotojų pagalbos. Aišku, bijojau, kad karantinas gali sutrukdyti man išgelbėti gyvūnelius, nes darbuotojai visiems sakė: negalima važinėti taksi, susitikinėti su kitais žmonėmis, na, nebent iškiltų mirtinas reikalas. Bet man šis reikalas ir buvo mirtinas. Daug darbo turėjome, kai parsivežiau juos namo, darbuotojai man padėjo. Dviejų mėnesių kačiukas rado namus pas mūsų psi-

chologę Vitaliją, o trijų mėnesių triušiuokui namai atsirado pas mūsų vienos darbuotojos pažįstamą. Dabar jie tokie paaugę, man labai gera dėl jų.“

Dažna mūsų gyventojų asmeniškai išgyventa istorija paliečia visą bendruomenę. Psichologė Vitalija: „Jau seniau norėjau katės. Vos tik pamačiau mažytę juodą Pupelę, iš karto supratau – ji mano. Ypatinga dar ir tai, kad visa bendruomenė ją gelbėjo.“

Karantinui švelnėjant... svarstėme, kokią saugią pramogą galėtume sau leisti. Darbuotojai kas septynias dienas tikrinosi sveikatą, atlikdami COVID-19 testus. Gyventojai nuo kovo 16 dienos laikėsi griežto karantino ir neišvykdavo iš namų. Galiausiai nusprendėme vidiniame kieme pasilepinti mėšainiais. Kiekvienas gyventojas savarankiškai galėjo pasigaminti savo mėšainį, išsirinkti mėgstamiausio daržovių, įdaro, padažo. Laikydami saugaus atstumo, klausydami džiazo muzikos, kėpėme mėšainius grylyje, bendravome, dalijomės vasaros planais.

Grūmėmės su karantinu kaip tik galėjome... o tuo pačiu grūdinomės, ugdėme kantrybę, kaupėme gyvenimo patirtį. Tad karantinui atsitraukiant žinome: tapome stipresniais, pakantesniais, atidesniais ir atlaidesniais, labiau pasitikime vieni kitais. Atradome darnų kaimynystės santykį: užtrukus „Barboros“ užsakymui, kaimyniniame kambaryje gyvenantis gyventojas pasidalydavo savo atsargomis.

Pasirodo, karantinas gali būti ne tik suvaržymų, bet ir naujų atradimų metas-

SAVARANKIŠKO GYVENIMO NAMŲ
BENDRUOMENĖ

*Iš visos širdies užjaučiame
ištikimą mūsų bendražygę
ponią Iloną Laucius,
kurios dėka mus daugelį metų
pasiekia Amerikos lietuvių parama
per APPLE programą, netekus
mylimo vyro Henriko Lauciaus.
Kilni siela, gražūs prasmingi
darbai užmarščiai nepavaldūs...*

„Vilties“ bendrija