



Bolnišnični radio –

zvočna umetnost za pripravo
otrok na operativni poseg

Problemsko učenje študentov v delovno okolje:
gospodarstvo, negospodarstvo in neprofitni sektor
v lokalnem/regionalnem okolju 2024-2027

BOLNIŠNIČNI RADIO – ZVOČNA UMETNOST ZA PRIPRAVO OTROK NA OPERATIVNI POSEG

13. januar–31. maj 2025



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VISOKO ŠOLSTVO,
ZNANOST IN INOVACIJE

I FEEL
SLOVENIA



Sofinancira
Evropska unija

V glavi mi še vedno najbolj odzvanjajo pesmi, ki ste jih otroci sami napisali za – meni – hladnimi stenami bolnišničnih sob. V njih je čutiti razposajenost in igrivost, ki kljub težkim situacijam ne uplahneta, čutiti je odločnost, da bo jutri spet posijalo sonce, in čutiti je tudi strahove, ki pronicajo, ustvarjajo dvome, temo in težka pljuča.

Pesmi govorijo.

Sprašujem se, kako naj vas objamemo, pomirimo, nasmejimo, vam vlijemo pogum. Kaj od tega pravzaprav najbolj potrebujete, ko pred vami v beli halji stoji zdravnik in vam razlaga, kaj vas čaka?

Spoznavam, da je zvočna umetnost izjemno bogata in subtilna. Mikrofon ujame najtišji vdih, ujete vibracije korakov pa nas popeljejo stran od tukaj. Učim se dela z igralci pred mikrofonom, raziskujem, kaj vse mi nudi tehnika, in – kar je najpomembneje – kako ustvarjati dela, ki bi komunicirala z izzivi, s katerimi se otroci soočajo ob stiku z bolnišnico.

Lucija Trobec

Prvič sem pisala za otroke in prve korake je vedno lažje storiti z dobro mentorico.

Kar zmeraj bi bilo koristno, če bi lahko imela še svetovanje psihologinje, ki me je veliko naučila o tem, kaj lahko pomaga otrokom pri spoprijemanju s strahom. Njene uvide sem poskušala upoštevati in upam, da bodo naši izdelki res vsaj malo olajšali težke izkušnje. Za povrh sem zadovoljna, da sem bila lahko del celotnega procesa.

Precej sem odnesla tudi od mentorstva zvočnih mojstrov.

Zdaj bolj vem, kako lahko pisanje in zvok sodelujeta in se prepletata.

Lina Eržen

Raziskovanje vpliva zvočne umetnosti, tako glasbe kot radijskih iger, podkastov in drugih oblik na otrokovo blagostanje ob hospitalizaciji je bil zanimiv, oči odpirajoč in kreativen proces. Po pregledu literature opažam, da je praksa aplikacije zvočnih elementov po bolnišnicah še dokaj nerazvito področje, ki pa ima ogromno potenciala, raziskave pa navajajo konsistentno pozitivne učinke in izide. Ob odlični podpori mentorice sem dobil dober vpogled v vrednost zvočne umetnosti, pomena navezanosti med staršem in otrokom zlasti v stresnih situacijah in učinek dobrih stikov ter komunikacije med zdravstvenim osebjem in starši v primeru otrokove hospitalizacije. Preko evalvacije nastalih del upam, da bomo odprli vrata nadaljnjim raziskavam, pri katerih bi z veseljem sodeloval in se v področje še bolj poglobil.

Žan Leiler

POSLUŠATI SKUPAJ

Kako otroku pomagati, da se v bolnišnici počuti bolj varno? Kako ustvariti prostor, kjer lahko namesto strahu, nemira in negotovosti, začutiš radovednost, igrivost in občutek, da nisi sam? Projekt Bolnišnični radio je nastal prav na podlagi teh vprašanj – kot odgovor na čustvene izzive, ki jih hospitalizacija prinaša otrokom in njihovim družinam.

Zvočna umetnost ima poseben dar – ustvariti zmore varen svet, v katerega otrok vstopi preko poslušanja, svet, v katerem lahko na varen in prijeten način sreča svoje strahove, se čudi, razvije hrepenenje... pa tudi pogum. Vsaka izmed ustvarjenih vsebin – naj bo to čuječna meditacija, radijska igra, zvočna knjiga, uganke ali pogovor z zdravnikom ali učiteljico v bolnišnici – prinaša svoje sporočilo in krepi povezanost, zaupanje, potrpežljivost in radovednost. Z vsem tem pa pomaga, da postane bolnišnično okolje bolj domače za otroke in starše, da postanejo obrazi osebja obrazi upanja in naklonjenosti, obrazi, ki prinašajo zdravje in pogum. Ko v bolnišnični sobi lahko v miru poslušаш pravljičico, spoznaš Strahca strašnega, ki ti razkaže svet dinozavrov, razrešuješ zvočno uganko ali stopaš s čredo slonov skozi čuječno meditacijo, bolnišnica ni več samo kraj, kamor nas je pripeljala bolezen, ampak čudežno kraljestvo, kjer se čisto vsi trudijo doseči isti cilj, vrniti otrokom zdravje.

Projekt ne bi bil mogoč brez predanih študentk in študentov različnih fakultet in njihovih mentorjev, ki so skupaj, s srčnostjo in znanjem soustvarili zanimive in učinkovite vsebine za umirjanje, razumevanje in pogovor o zahtevnih čustvenih stanjih, ki spremljajo proces hospitalizacije. Iskrena hvala vsem, ki ste verjeli v ta projekt – še posebej dr. Marku Pokornu in Manji Žugman za zaupanje, vizijo in podporo, da preko radijske umetnosti skupaj ustvarjamo dom za otroke in starše tudi v bolnišnici.

Želimo si, da bi zvočne vsebine dosegle čim več otrok in staršev – naj postanejo njihove zaveznice in pomočnice v trenutkih tesnobe, opora med čakanjem in most do pogovora o tem, kar boli. Poslušajmo skupaj!

Saška Rakef, Lia Katarina Kompan Erzar



SODELUJOČE, SODELUJOČI

študentke in študenti

TADEJ GRUM
(UL FDV)

LINA ERŽEN
(UL AGRFT)

LUCIJA TROBEC
(UL AGRFT)

KAJA PETROVIČ
(UL AGRFT)

TENEJ DAVIDOVIČ
(UNG AU)

TAŠA TOMIĆ EGART
(UL AGRFT)

AJDA KOSTEVC
(UL AGRFT)

TANJA TURIČNIK
(UL FF)

ŽAN LEILER
(SFU)

pedagoška mentorica

DR. LIA KATARINA
KOMPAN ERZAR

vodilna delovna mentorica

DOC. MAG. SAŠKA RAKEF

delovne mentorice in mentorji

BOJANA ŠALJIĆ PODEŠVA
INGRID MAČUS

SABINA KOGOVŠEK
BLAŽ ŠEF

JULIJ ZORNIK

DR. IVANA KREFT HAUSMEISTER
MANJA ŽUGMAN

URBAN GRUDEN
BOŠTJAN PEROVŠEK



VSEBINA



Tanja Turičnik Radijska igra kot oblika nudenja podpore otrokom v bolnišnici	1
Žan Leiler V varnem zavetju: vloga staršev ob hospitalizaciji otrok	7
Manja Žugman Bolnišnični radio ali srečo ustvarjamo sami	12
Podkasti s strokovnim osebjem	16
Lina Eržen Strahec Strašni, radijska igra	28
Tanja Turičnik Dnevnik pogumnega leva	46
Lina Eržen V deželi slona	69
Lina Eržen Zvočne uganke	71

Tanja Turičnik

RADIJSKA IGRA KOT OBLIKA NUDENJA PODPORE OTROKOM V BOLNIŠNICI

V zadnjih letih si zdravstveni delavci različnih strok - psihologije, medicine in zdravstvene nege, prizadevajo, da bi otrokom in njihovim družinam omogočili čim manj travmatično izkušnjo bivanja v bolnišnici, saj samo bolnišnično okolje tako za otroke kot njihove starše, predstavlja vir stresa in sproža neprijetne občutke (Claridge in Powell, 2023). Eden od možnih načinov je tudi uporaba radijskih iger, ki kot specifična oblika umetniškega izraza in pripovedovanja zgodb, predstavljajo pomembno orodje za podporo otrokom, ki so hospitalizirani. Takšna oblika umetnosti združuje pripovedovanje zgodb, zvočne efekte in glasbo, kar omogoča bogato senzorično izkušnjo (Jan, 2018). Zato se bomo v prispevku osredotočili na smiselnost uporabe radijskih iger za hospitalizirane otroke.

Hospitalizacija je za otroke pogosto povezana z občutki strahu, negotovosti in osamljenosti (Claridge in Powell, 2023; Coyne, 2006). Radijske igre tako otrokom omogočijo beg v domišljijjski svet, kar pomaga zmanjševati anksioznost in stres (Claridge in Powell, 2023). Prav tako pa zlasti pri mlajših otrocih delujejo podporno pri premagovanju seperacijske anksioznosti, torej otroku pomagajo v času, ko je ločen od osebe, na katero je navezan (Bray idr., 2023). Zvočno pripovedovanje zgodb se pri otrocih uporablja tudi kot oblika psihoterapije, saj omogoča sprostitev in odvrnitev pozornosti od bolečine, nelagodja in

zaskrbljenosti (Ghetti, 2011). Glasbeni elementi, ki so pogosto vključeni v radijske igre, imajo dodatno terapevtsko vrednost, saj vplivajo na sproščanje hormona oksitocina, ki zmanjšuje stres (Chanda in Levitin, 2013). Raziskave tudi kažejo, da je poleg dobrih zvočnih elementov in glasbenih vložkov, pomembna tudi sama vsebina radijske igre. Igre, ki naslavljajo različne teme povezane z bolnišnico, so tako uporabne tudi kot priprava otrok bodisi na operativni poseg ali zahtevne preiskave. Otroci, ki so poslušali radijske igre s takšno vsebino, so tako med samimi preiskavami bolj sodelovali z zdravniki, izkazovali nižjo stopnjo zaskrbljenosti in se tudi sami bolj aktivno zanimali za potek zdravljenja (Bry idr., 2012; Bray idr., 2023). Otroci, ki so poslušali takšne radijske igre pred operativnimi posegi, pa so izkazovali nižjo stopnjo strahu in po samem operativnem posegu tudi nižjo raven bolečine (Bry idr., 2023). Nadalje raziskave kažejo, da radijske igre, katerih vsebina se navezuje na dogajanje v bolnišnici, otrokom pomagajo pri prepoznavanju, sprejemanju in uravnavanju čustev, ki jih doživljajo kot odziv na dogajanje v bolnišnici. Vse to pa pripomore, da je izkušnja bivanja v bolnišnici za otroka manj travmatična (Dalley in McMurtry, 2016).

Radijske igre zahtevajo aktivno poslušanje, kar spodbuja koncentracijo, domišljijo in razvoj jezikovnih spretnosti (Renninger in Hidi, 2019). Otroci si ob poslušanju zgodb v domišljiji ustvarjajo podobe in povezujejo dogajanje z lastnimi izkušnjami. Slednje krepí sposobnost simbolnega mišljenja, kar je ključno za normativni spoznavni razvoj. Poleg tega radijske igre z interaktivnimi elementi, kot so uganke ali vprašanja, spodbujajo logično mišljenje, kreativno reševanje problemov in otroka spodbudijo, da tudi sam ustvari svoj umetniški izdelek (Radio, 2018).

Nadalje poslušanje radijskih iger otroke vodi, da na prilagojen način spoznavajo različne bolezni, postopke zdravljenja, delo zdravnikov, medicinskih sester, in prisluhnejo zgodbam drugih oseb, ki se znajdejo v podobni situaciji kot oni sami. Vse to pa ima pozitiven vpliv na otrokov socialni razvoj. Otroci se tako naučijo razumevanja in vživljanja v čustva drugih, kar sta ključna elementa razvoja empatije (Renninger in Hidi, 2019).

V bolnišničnem okolju se otroci pogosto počutijo izolirane od svojih prijateljev in družine. Radijske igre, še posebej če so zasnovane interaktivno, otrokom omogočijo občutek povezanosti z drugimi. Skupinsko poslušanje radijske igre med otroki v bolnišnici spodbudi pogovore, izmenjavo mnenj o poslušanem, ugibanja o tem, kaj se še bo zgodilo, razprave o lastnostih oseb v radijski igri, pripoved o lastnih izkušnjah, ki so podobne tistim, o katerih so pripovedovali liki v igri in samo socialno interakcijo med otroki. Slednja pa značilno zmanjšuje stres v bolnišničnem okolju, znižuje občutek strahu in pozitivno vpliva na splošno razpoloženje bolnišničnih otrok. Otroci, ki so v bolnišnici z vrstnikom vzpostavili prijateljski odnos, so se lažje soočali z boleznijo, aktivneje sodelovali v procesu zdravljenja, poročali o manjših občutkih bolečine in navajali, da jim je čas v bolnišnici hitreje minil (Eriksson in Nilsson, 2008).

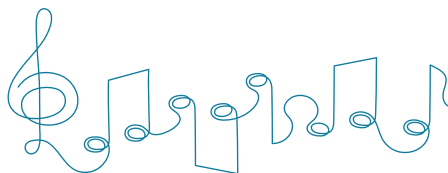
Vedno več bolnišnic v zadnjih letih otroke aktivno vključuje v ustvarjanje radijskih iger (Eriksson in Nilsson, 2008; Urgoiti, idr., 2020). Sodelovanje v produkciji radijske igre kot snemanje glasov ali ustvarjanje zvočnih učinkov, v otroku vzbudi občutek koristnosti, kar pozitivno vpliva na njegovo samopodobo in aktivno preživljanje časa v bolnišnici, posledično pa samo bivanje v bolnišnici hitreje mine (Eriksson in Nilsson, 2008).

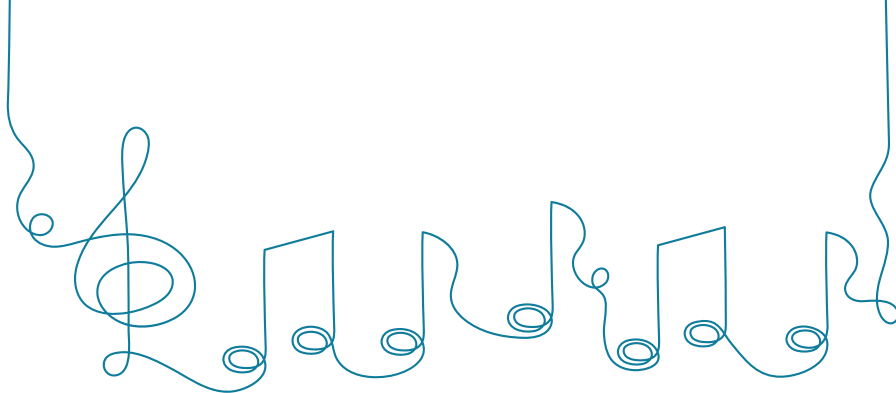
Otroci, ki so sodelovali pri ustvarjanu radijskih iger v bolnišnici, so poročali, da jim je bilo všeč, saj so lahko sami izbrali tematiko igre, si izmislili lastnosti, ki jih je imel glavni lik in povedali svoje ideje o zvočni in glasbeni podlagi. Nekateri so tudi povedali, da so med ustvarjanjem igre stkali prijateljske vezi. Prav tako pa jih je ustvarjanje igre odvrnilo od občutkov bolečine, strahu in jim dalo novo moč pri soočanju z boleznijo. Otroci so povedali, da so se počutili bolj pogumne in so si upali zdravnikom zastavljati več vprašanj v povezavi z njihovim zdravstvenim stanjem (Urgoiti idr., 2020).

Hospitalizirani otroci imajo zaradi svojega bolezenjskega stanja in načinov zdravljenja, pogosto omejeno gibanje npr. prejemajo transfuzijo, kar jim otežuje, da bi se pri igri pridružili ostalim hospitaliziranim otrokom. V takšnih situacijah je uporaba radijskih iger več kot smiselna, saj jih otrok lahko posluša medtem ko leži. Otrok tako počiva v bolniški postelji, prejema terapijo, hkrati pa posluša radijsko igro z zanimivo vsebino, kar ga zamoti, odvrne misli od bolezni in mu pomaga, da čas hitreje mine (Melnik idr., 2004). Prav tako se je izkazalo, da so otroci na oddelkih intenzivne nege, kamor starši niso imeli vstopa, da ne bi prišlo še do dodatnih okužb, po poslušanju radijskih iger, manj jokali, pričeli bolj zaupati zdravnikom, navezovati interakcije z medicinskimi sestrami in imeli manj moten spalni ritem. Otroci, ki so prejemale kemoterapije in poslušali radijske igre s podobno vsebino, so povedali, da jim je to pomagalo, da so verjeli, da bodo tudi sami ozdraveli (Melnik idr., 2004). Prav tako pa se je uporaba radijskih iger pokazala kot učinkovita podpora pri zdravljenju otrok z duševnimi težavami, pri otrocih, ki so prihajali na dializo in pri obravnavi otrok s pulomološkimi bozenimi (Melnik idr., 2004). Otroci z omejeno

mobilnostjo so še posebej ranljivi, saj se lahko soočajo s še bolj z izrazitimi občutki žalosti, osamljenosti in zaskrbljenosti. Zato je pri teh otrocih še posebej pomembno, da so radijske igre zasnovane na način, ki je primeren njihovi razvojni stopnji. Le tako bo igra pridobila otrokovo pozornost, ga pritegnila in predstavljala podporo pri zdravljenju (Renninger in Hidi, 2019).

Iz vsega napisanega lahko vidimo, da uporaba radijskih iger, ki so narejene posebej za otroke v bolnišnici, prinaša številne prednosti. Na eni strani otroke odvrne od neprijetnih občutkov strahu, bolečine in pripomore h temu, da jim čas hitreje mine. Na drugi strani pa pri otrocih spodbudi višje miselne procese kot so razmišljanje o osebah iz igre in vživljanje v čustva likov v igri s čimer prispeva k regulaciji čustev in integraciji izkušnje hospitalizacije. Radijska igra lahko spodbudi socialno interakcijo med bolnišničnimi otroci, da se skupaj pogovorijo o igri in preko nje navežejo stike, kar pa je pomemben podporni dejavnik pri zdravljenju. Vse to pa pripomore k temu, da je sama izkušnja bivanja v bolnišnici za otroka lažja in bolj pozitivna (Claridge in Powell, 2023).





LITERATURA

- Bray, L., Callery, P. in Kirk, S. (2012) A qualitative study of the pre-operative preparation of children, young people and their parents' for planned continence surgery: experiences and expectations. *Journal of Clinical Nursing*, 21(13-14), 1964-1973.
- Bray, L., Horowicz, E., Preston, K., in Carter, B. (2023). Using participatory drama workshops to explore children's beliefs, understandings and experiences of coming to hospital for clinical procedures. *Journal of Child Health Care*, 27(2), 289-299.
- Chanda, M. L. in Levitin, D. J. (2013). The neurochemistry of music. *Trends in Cognitive Sciences*, 17(4), 179-193.
- Claridge, A. M. in Powell, O. J. (2023). Children's experiences of stress and coping during hospitalization: A mixed-methods examination. *Journal of Child Health Care*, 27(1), 5-20.
- Dalley, J.S. in McMurtry, C.M. (2016). Teddy and I get a check-up: a pilot educational intervention teaching children coping strategies for managing procedure-related pain and fear. *Pain Research and Management*.
- Eriksson, K. in Nilsson, S. (2008). Children's participation in the planning and assessment of their care: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 45(11), 1672-1684.
- Ghetti, C. M. (2011). Active music engagement with emotional-approach coping to improve well-being in hospitalised children. *Journal of Music Therapy*, 48(2), 122-146.
- Jan, A. (2018). Slišati sliko, videti zvok: Zgodovina radijske igre v Sloveniji. Slovenski gledališki inštitut.
- Radio, R. X. (2018). An Exploratory Study.
- Melnyk, B. M., Alpert-Gillis, L., Feinstein, N. F., Crean, H. F., Johnson, J., Fairbanks, E. in Corbo-Richert, B. (2004). Creating opportunities for parent empowerment: program effects on the mental health/coping outcomes of critically ill young children and their mothers. *Pediatrics*, 113(6), e597-e607.
- Renninger, K. A. in Hidi, S. E. (2019). *The Cambridge handbook of motivation and learning*. Cambridge University Press.
- Urgoiti, G., Booth, C., Ngomani, N., Volsak, L., Boonzaaier, W. in Sidiyiyo, A. (2020). RX Radio, by and for children: a case study.

Žan Leiler

V VARNEM ZAVETJU: VLOGA STARŠEV OB HOSPITALIZACIJI OTROK

1. Starši in otroci – temelji varne navezanosti

Odnos med staršem in otrokom je temelj otrokovega razvoja. Že ob rojstvu otrok išče bližino odrasle osebe, ki mu nudi varnost, toplino in odzivnost – to je temelj navezanosti. Ko se otrok počuti varnega v odnosu s staršem, razvija zaupanje v svet in sebe, lažje raziskuje okolico in se učinkovito spoprijema s stresom. Vzpostavitev varne navezanosti ni pomembna le v otroštvu, ampak ima dolgoročne posledice na otrokovo čustveno, socialno in kognitivno delovanje (Bowlby, 1969; Siegel in Hartzell, 2004). Dobra novica pa je, da se odnos vedno lahko izboljšuje – tudi kasneje v življenju. Starševska vloga je edinstvena in nenadomestljiva. Sposobnost staršev, da se prilagodijo otrokovim potrebam, pomembno vpliva na njegovo dobrobit. Ko otrok čuti, da mu starši stojijo ob strani, se lažje prilagaja tudi na težje življenjske preizkušnje, kot je npr. bolezen (Rohner idr., 2012; Saegert in Winkel, 1990).

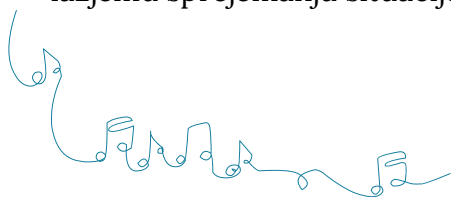
Ko ima otrok konsistenten, čustveno prilagojen in komunikativen odnos s starši, ko se počuti s starši povezan, ko se počuti razumljen, zaščiten in slišan, se počuti varno. Za to so ključnega pomena starševa čustvena stabilnost, poenotenje starševskega notranjega sveta z otrokovi in občutek povezanosti med staršem in otrokom. Tako bo otrok lažje in učinkovitejše reguliral svoja čustva (Siegel in Hartzell, 2004).

2. Hospitalizacija kot vir stresa – za otroke in starše

Za otoka je bolnišnica pogosto tuj, neznan in strašljiv prostor. Zdravstveni posegi, bolečina, oddaljenost od doma ter spremenjena rutina lahko povzročijo stres, strah, spremembe v vedenju, težave s spanjem in celo z upočasnjnim okrevaljem (Beherman in Kliegman, 2002; Brewer in Lucas, 2012; Kemper in Danhauer, 2005). Že majhni otroci si zapomnijo boleče in neprijetne izkušnje, zato je pomembno, da jim omogočimo občutek nadzora, predvidljivosti in varnosti (Young, 2005). Tudi starši v času otrokove hospitalizacije doživljajo stres, strah in nemoč. Povsem naravno je, da se počutijo izgubljeni in preobremenjeni, še posebej če gre za dolgotrajno zdravljenje ali kronično bolezen.

Čustva, ki so v ospredju pri hospitaliziranih otrocih, sploh tistih s težjimi obolenji, se predominantno vrtijo okoli strahu, bolečine in stresa. Spremeni se družinska dinamika, kjer morajo starši poleg nudenja podpore svojemu otroku hkrati čustveno regulirati tudi sebe (Preti in Welch, 2004).

Ta čustva pa lahko vplivajo tudi na otrokovo doživljanje bolezni (Ashcraft idr., 2019). Zato je ključnega pomena, da so starši deležni podpore, informacij in spoštljivega vključevanja v proces zdravljenja (Fenwick, 2001; Hurst, 2001; Oggenfuss, 2001; Scheve, 2002). Zelo močen vir opore pa so lahko tudi glasbena in radijska umetniška dela, ki so namenjena umirjanju, lažšanju bolečine, skupnemj poslušanju in igranju ter igrivem informiranju in uspavanju. Ta ustvarijo vzdušje, ki pripomore k lažjemu sprejemanju situacije.



3. Moč sodelovanja – skupaj za otrokovo dobrobit

Ko starši lahko v bolnišničnem okolju preko igre, glasbe, skupnega poslušanja in običajne rutine ustvarijo vzdušje domačnosti, to močno vpliva na otrokovo okrevanje in počutje. Tudi zdravstvena obravnava, ki vključuje družino, dokazano vodi k boljšim izidom. V t. i. v družino usmerjeni oskrbi (family-centered care) starši aktivno sodelujejo pri negi otroka, sprejemanju odločitev in vzdrževanju dnevne rutine (Agency for Healthcare Research and Quality, 2013; Coombs idr., 2017; Shields idr., 2012). Tako se poveča tudi občutek nadzora, zaupanja in moči. Kakovostna komunikacija in sodelovanje med starši in zdravstvenim osebjem krepi občutek varnosti pri vseh udeleženi. Ključno je, da se starši počutijo kot enakovredni partnerji v skrbi za svojega otroka (Jerofke-Owen idr., 2022). Ritualni, ki otroku dajejo občutek domačnosti – kot so hranjenje po znanem vzorcu, igra, umivanje, rutine pred spanjem – pomembno zmanjšujejo otrokovo tesnobo in mu pomagajo ohraniti občutek nadzora nad situacijo (Sundal, 2024; Martinsen, 2001).

Pri oblikovanju rutine pri obrokih je ključno, da se uglasimo na otrokove želje in izražene potrebe, predvsem pa da ustvarimo situacijo, ki jo otrok lahko pričakuje, ki mu je znana. Pri spalnih navadah, ki so podobne tistim doma, se otrok počuti varneje, saj lahko predvidi, kaj se bo dogajalo. Ritualni pred spanjem, prisotnost plišaste igračke in podobno so navidezno nepomembne stvari, ki otroku precej olajšajo izkušnjo hospitalizacije. Navade oblačenja in umivanja naj po možnosti prav tako čim bolj posnemajo tiste, ki jih je otrok vajen doma. (Sundal, 2024).

4. Vsebine, ki otroku in staršem pomagajo v boju z otrokovo boleznijo

Glasba in druge zvočne vsebine, kot so uganke, meditacije za umirjanje, radijske pravljice in zvočne igre imajo izjemno moč – lahko pomirjajo, zmanjšujejo bolečino, zmanjšujejo občutek tesnobe in strahu ter dviguje razpoloženje. Raziskave kažejo, da poslušanje ali ustvarjanje glasbe znižuje srčni utrip in umirjajo dihanje, zmanjšuje občutek bolečine in povečuje občutek nadzora (Preti in Welch, 2004; Longhi idr., 2013; Arnon idr., 2006). Še posebej učinkovita je seveda živa glasba, skupno poslušanje in petje, ki se prilagaja trenutnim potrebam otroka.

Glavni namen zvočnih elementov je sprožanje pozitivnih čustvenih odzivov. Umirjanje, dvigovanje morale in preusmerjanje pozornosti so med glavnimi (Gabrielsson, 1999b; Juslin, 2001).

Glasba in skupno poslušanje ne vplivata le na otroka – pozitivno učinkujeta tudi na starše in zdravstveno osebje, saj spodbuja občutek povezanosti in varnosti. Otrokom pomaga razumeti dogajanje in predelati težka čustva (Pavlicevic, 1985; Juslin, 2001; Brodsky, 1989). Staršem pa omogoča večjo sproščenost ob otroku, saj prinaša nove in opogumljajoče vsebine in igre, ki otrokom krajšajo čas.

Poleg navedenih blagodejnih vplivov, ki jih ima glasba na hospitaliziranega, ima predvsem socialno funkcijo. Glasba pomaga pri verbalizaciji, kognitivnem in čustvenem izražanju in pri raziskovanju težjih čustev, predvsem povezanih s strahom in smrtjo (Brodsky, 1989). Glasba je način, s katerim otroci lahko komunicirajo, izražajo čustva in pretvarjajo negativna čustva (strah, tesnoba) v pozitivna (Preti in Welch, 2004).



LITERATURA

- Agency for Healthcare Research and Quality. (2013). Patient and family engagement in hospital quality and safety: A strategic plan. U.S. Department of Health and Human Services.
- Arnon, S., Shapsa, A., Forman, L., Regev, R., Bauer, S., Litmanovitz, I. in Dolfin, T. (2006). Live music is beneficial to preterm infants in the neonatal intensive care unit environment. *Birth*, 33(2), 131–136.
- Ashcraft, P. F., Gatto, M. in Luthy, K. E. (2019). Family-centered care and the empowerment of parents of hospitalized children. *Journal of Pediatric Nursing*, 45, 55–62.
- Behrman, R. E. in Kliegman, R. M. (2002). *Nelson textbook of pediatrics* (17th ed.). W.B. Saunders.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Brewer, S. in Lucas, L. (2012). Reducing children's pain and distress in hospital. *Paediatric Nursing*, 24(9), 26–30.
- Brodsky, W. (1989). Music therapy as an intervention for children hospitalized for cancer treatment. *Journal of Music Therapy*, 26(4), 198–208.
- Coombs, M. A., Parker, R., de Vries, K. in Jubb, A. (2017). Family-centered care in intensive care: A systematic review. *Journal of Clinical Nursing*, 26(9–10), 1284–1302.
- Fenwick, J. (2001). Nurse's perceptions of family needs in critical care. *Intensive and Critical Care Nursing*, 17(4), 228–236.
- Gabrielsson, A. (1999). *Music and emotion: Theory and research*. In P. N. Juslin in J. Sloboda (Eds.), *Music and emotion: Theory and research* (pp. 547–560). Oxford University Press.
- Hurst, I. (2001). Parent empowerment in pediatric critical care. *Pediatric Nursing*, 27(5), 451–459.
- Jerofke-Owen, T. A., McAndrew, N. S., Gralton, K. S., Totka, J. P., Weiss, M. E., Fial, A. V. in Sawin, K. J. (2021). Engagement of families in the care of hospitalized pediatric patients: A scoping review. *Journal of Family Nursing*, 28(2), 151–171.
- Juslin, P. N. (2001). Communicating emotion in music performance: A review and theoretical framework. *Music Perception*, 19(1), 45–78.
- Kemper, K. J. in Danhauer, S. C. (2005). Music as therapy. *Southern Medical Journal*, 98(3), 282–288.
- Longhi, E., Pickett, N. in Hargreaves, D. J. (2013). Wellbeing and hospitalized children: Can music help? *Psychology of Music*, 43(2), 188–196.
- Martinsen, K. (2001). Care and vulnerability. *Akribe*.
- Oggenfuss, M. (2001). Meeting the psychosocial needs of families in pediatric intensive care. *Journal of Pediatric Nursing*, 16(2), 115–122.
- Pavlicevic, M. (1985). Music therapy for hospitalized children. *British Journal of Music Therapy*, 6(1), 24–28.
- Preti, C. in Welch, G. F. (2004). Music in hospital: A European perspective. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 124(2), 124–129.
- Rohner, R. in Khaleque, A. (2012). Parental acceptance–rejection theory, methods, evidence, and implications. *Ethos: Journal of the Society for Psychological Anthropology*, 33.
- Saegert, S. in Winkel, G. (1990). Environmental psychology and children's development. In S. Chandler (Ed.), *Child Development Today and Tomorrow* (pp. 279–299). Jossey-Bass
- Scheve, C. (2002). Parental involvement and outcomes in pediatric critical care. *Journal of Pediatric Nursing*, 17(3), 180–186.
- Shields, L., Mamun, A. A., Pereira, S., O'Nions, P. in Chaney, G. (2011). Measuring family centred care: Working with children and their parents in a tertiary hospital. *The International Journal of Person Centered Medicine*, 1(1), 155–160.
- Siegel, D. J. in Hartzell, M. (2004). Parenting from the inside out: How a deeper self-understanding can help you raise children who thrive. *TarcherPerigee*.
- Sundal, H. (2024). Routines and family engagement in pediatric care. *Journal of Family Nursing*, 30(1), 45–60.
- Young, K. D. (2005). Pediatric procedural pain. *Annals of Emergency Medicine*, 45(2), 160–171.

Manja Žugman

BOLNIŠNIČNI RADIO

ALI SREČO USTVARJAMO SAMI

V Bolnišnični šoli OŠ Ledina smo zelo zadovoljni z »medijsko dejavnostjo«, saj smo za naše otroke in mladostnike razširili program ustvarjalnih možnosti. Med likovno in literarno dejavnost smo umestili še Bolnišnični radio, pri čemer so nam pomagali zunanji sodelavci in prijatelji Bolnišnične šole, ki prihajajo iz radijskih vrst in AGRFT-ja, otrokom pa smo tudi na tovrsten način obogatili in popestrili dan in dneve, preživete za bolnišničnimi zidovi.

Ustvarjanje se je prepletalo tudi medgeneracijsko, kar je še dodaten doprinos k našemu življenju in poklicnemu delovanju. Otroci in mladostniki imajo namreč priložnost, da bodisi samostojno bodisi skupaj z učiteljico ustvarjajo prispevke za šolski časopis Utrinki, ki na koncu šolskega leta ugleda luč sveta na spletnih straneh Bolnišnične šole in je pravšnja bera za sovrstnike bodisi med poletnimi počitnicami bodisi med šolskim letom, doma, v šoli ali v bolnišnici. Otroci in mladostniki na papir izlivajo svoje misli in čustva, tudi pestro razvejan domišljjski svet, tako pa se na nek način oddaljijo od vsakdanjih skrbi, povezanih z boleznijo, zategadelj tovrstne dejavnosti delujejo ne le vzgojno-izobraževalno, temveč imajo tudi terapevtski namen.

Projekt soustvarjanja radijskih oddaj z Bolnišnično šolo OŠ Ledina je bil nadvse odlično zasnovan. Organizacijsko je bil prav

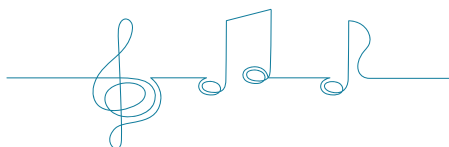
tako prilagojen vsem deležnikom. Še posebej dobrodošlo pa je bilo to, da smo lahko prispevke ustvarjali poprej in spontano, zategadelj so lahko po svobodnem in trenutnem navdihu nastala tudi nadvse kakovostna dela otrok in mladostnikov, ki so jih glasovi umetnikov odtisnili v čudovita nokturna. Posneli smo tudi pogovor o delovanju Bolnišnične šole, kar predstavlja odlične in začetne splošne informacije za starše. Hkrati pa nas je na koledarju ujel tudi svetovni dan poezije, ki smo ga počastiti z razstavo poetičnih vrstic v avli Pediatrične klinike. Seveda so bili avtorji mladi pesniki – otroci in mladostniki, k soustvarjanju pa smo povabili tudi obiskovalce naših razstavnih panojev. S slovenistko Majo Kos je bil prav tako v radijsko obliko prenesen pogovor o poeziji v Bolnišnični šoli.

Radijskim oddajam in nokturnom je moč prisluhniti na spletnih straneh Bolnišnične šole (pod razdelkom Projekti, Bolnišnični radio).

Tudi v šolah otroci soustvarjajo in prisluhnejo šolskemu radiu. Sami ustvarjajo radijske oddaje ali pa zgolj vrtijo glasbene želje. Mnogi med njimi pa so željni ustvarjanja, a manj vešči nastopanja. Prav tako jih mika predstaviti svoja dela, a včasih ne vedo, na kakšen način bi svoje hotenje tudi uresničili. Za tem včasih stoji strah, spet drugič sram, tretjič pomanjkanje poguma, včasih se ne želijo izpostavljati, svoje delo pa bi kljub vsemu radi poslali v svet. S projektom, v katerega smo bili Bolnišnična šola OŠ Ledina vključeni, pa smo otrokom in mladostnikom uresničili tudi tovrstne želje, da so napisane zgodbe, pesmi, uganke in podobno s pomočjo naših sopotnikov le dosegle širšo množico ljudi in zaigrale na njihova srca, tako so na nek način preko medija vzpostavili tudi komunikacijo z drugimi, se povezali s poslušalci. Nadvse pomembno je, da smo

otrokom in mladostnikom omogočili estetsko izražanje, na tovrsten način pa so lahko gradili tudi svoj osebni etos. V zadnjem času, ko se vse bolj posvečajo zrenju v mobilne telefone, pa je Bolnišnični radio tudi tisti, ki jih vedno znova privablja nazaj v življenje.

Projekt ustvarjanja radijskih oddaj je bil za Bolnišnično šolo OŠ Ledina odlična izkušnja, v kateri smo vsi radi sodelovali. Povezovanje in mreženje nas je popeljalo iz službe, iz šole, iz bolnice v drugačen svet, v svet, ki je poln navdihovanja tudi za vsakršni jutrišnji dan, v svet umetnosti, kjer vsi najdemo svoj izraz in pustimo svoj odtis. Nismo iskali sreče drugje, saj smo jo imeli priložnost ustvarjati sami.



Manja Žugman je pedagoška vodja Bolnišničnih šolskih oddelkov OŠ Ledina.



Bolnišnični radio
spletna stran



Svetovni dan poezije

zvočni mozaik

UTRINKI



Poslušajte zvočni mozaik *Utrinki*, ki je nastal ob svetovnem dnevu poezije v sodelovanju z bolnišničnimi šolskimi oddelki, ki delujejo pod okriljem OŠ Ledina. Pesmi, interpretirane v nokturnu, so ustvarili učenci bolnišnične šole za šolski časopis *Utrinki*, ki izide vsako leto ob zaključku šolskega leta.

Izbor poezije je pripravila Maja Kos, bereta igralca Ajda Pirtovšek in Blaž Šef, režija Lucija Trobec.

PODKASTI S STROKOVNIM OSEBJEM



Pogovori s strokovnim osebjem Pediatrične klinike odpirajo pomembna vprašanja o postopkih zdravljenja, poteku operacij, anesteziji in okrevanju, ter na tople in dostopen način otrokom in staršem približajo bolnišnično okolje.

Z boljšo informiranostjo lahko zmanjšamo strah in negotovost – tako pri otrocih kot pri starših. Ko razumemo, kaj se bo zgodilo in kdo so ljudje, ki bodo poskrbeli za nas, lažje vstopimo v bolnišnico z več zaupanja in miru. Ob tem pa se tudi širša javnost lahko seznanja z delom in obrazi strokovnjakov, ki vsak dan skrbijo za dobrobit najmlajših pacientov.

Naj vas ti pogovori opogumijo, informirajo in pomirijo – in naj bodo del bolnišnice, ki želi biti prostor varnosti, sočutja in strokovne podpore.

Podkaste s strokovnim osebjem sta pripravila **Tanja Turičnik** in **Tadej Grum**.

Snemanje in montaža **Tenej Davidović** in **Taša Tomić Egart**.

PODKASTI ZA STARŠE

Slepič – kako ga prepoznati, kdaj ukrepati in kako poteka zdravljenje? Pogovor z dr. Jožetom Maučecem

Dr. Jože Maučec je zdravnik na otroškem oddelku Kirurške klinike UKC Ljubljana. V pogovoru predstavi eno najpogostejših kirurških diagnoz pri otrocih – vnetje slepiča, ki lahko preseneti tako otroke kot starše in pojasni kako prepoznati prve znake težav s slepičem, kaj se dogaja v telesu, ko pride do vnetja, in kako hitro je treba ukrepati. Dotaknemo se tudi samega poteka operacije – od trenutka sprejema v bolnišnico do posega in okrevanja. Poudarimo tudi vlogo staršev: kako otroka pripraviti na poseg, kaj pričakovati po operaciji in kako izgleda okrevanje doma.

Hipospadija – ko penis ni čisto na svojem mestu. Pogovor z dr. Robertom Kordičem

Kaj je hipospadija? Zakaj pride do nje, kako se kaže in kako jo zdravimo? Dr. Kordič preprosto in strokovno razloži, kaj pomeni, ko se sečnica ne konča tam, kjer bi se morala, kako poteka operativni poseg in kakšne so možnosti za popolno okrevanje. Dotaknemo se tudi morebitnih zapletov, dolgoročnih rezultatov zdravljenja in vloge staršev pri podpori otroku.

Anestezija pri otrocih – brez strahu in z veliko skrbi za varnost. Pogovor z dr. Jeleno Berger

Kako poteka uspavanje pred operacijo, kako zdravniki poskrbijo za varnost med posegom in kaj pričakovati ob prebujanju. Dotaknemo se tudi redkih zapletov ter razložimo, zakaj so otroški anesteziologi posebej izurjeni za delo z najmlajšimi bolniki.

Kaj se dogaja pri gastroskopiji? Pogovor s pediatrom dr. Matjažem Homanom

Ko ima otrok težave z želodcem ali prebavili, se včasih zdravniki odločijo za posebno preiskavo – gastroskopijo (EGDS). Dr. Homan pojasni, kateri so najpogostejši vzroki, da se zdravniki odločijo za EGDS in pri katerih otrocih se ta postopek najpogosteje izvaja. Razkrije nam kako poteka sama preiskava, ali je boleča, ali mora biti otrok pred postopkom hospitaliziran, kako mora biti otrok pripravljen, da je preiskava varna, kaj zdravniki opazujejo med pregledom, kaj sledi po preiskavi in kakšni so morebitni kratkoročni ali dolgoročni neželeni učinki.

Ko boli sklep – kaj je punkcija in zakaj pomaga?

Bolečine v sklepih pri otrocih niso redkost, a ko je treba poseči globlje in pomagati z zdravniškim posegom, se pojavi veliko vprašanj. Dr. Mojca Zajc Abramovič, zdravnica z imunološkega oddelka Pediatrične klinike, razloži kaj je punkcija sklepa, komu je namenjena, kako poteka, zakaj je potrebna, kakšne so koristi, kako dolgo traja postopek, kakšni so možni zapleti ter kako se jim zdravniki izognejo. Razloži tudi kako tak poseg pomaga pri zdravljenju revmatičnih boleznih, alergij in imunskih motenj, ter kako otrokom omogoči, da se hitreje bolje počutijo.

Kaj sledi, ko presejalni test novorojenčka pokaže odstopanje?

Takoj po rojstvu otroka se starši srečamo z vrsto preiskav, med katerimi je tudi presejalni presnovni test, ki lahko odkrije redke, a pomembne bolezni. A kaj, ko pride pozitiven izvid? Strah, zmeda, vprašanja brez odgovorov ...

Asist. dr. Ana Drole Torkar, pediatrinja z Oddelka za endokrinologijo, diabetes in presnovne bolezni pojasni, kako poteka presnovni test pri novorojenčku, kaj pomeni pozitiven

izvid – in zakaj še ne pomeni nujno bolezni, kaj vse starši lahko pričakujejo na prvem pregledu in kakšna je pot do potrditve ali izključitve presnovne bolezni.

EEG – ko zdravniki poslušajo možgane

Kaj se dogaja v otrokovi glavi, ko pride do nenavadnih reakcij, omedlevic ali epileptičnih napadov? Eden izmed najpogostejših in najpomembnejših diagnostičnih postopkov je EEG – elektroencefalografija, a staršem je ta izraz pogosto neznanka in vir skrbi.

Izr. prof. dr. Damjan Osredkar, vodilni slovenski nevrolog z Nevrološkega oddelka Pediatrične klinike, pojasni kaj EEG sploh je in kdaj se zanj odločijo, kako se otroka pripravi na preiskavo (kaj lahko je, kako je z zdravili), kako preiskava poteka – in kako pomagajo otroku, da se med postopkom počuti čim bolj sproščeno.

Ko telo potrebuje več odgovorov – o endokrinološkem testiranju pri otrocih

Zakaj moj otrok ne raste, kot bi moral? Zakaj je utrujen, ima težave s težo ali hormoni? Včasih odgovore prinese endokrinološko testiranje, ki pa lahko zveni zapleteno in vzbuja veliko vprašanj – še posebej, ko gre za našega otroka.

Izr. prof. dr. Primož Kotnik in glavna sestra Tadeja Logar Dolinšek razložita kdaj in zakaj se otroka napoti na endokrinološko testiranje, kako poteka postopek in kaj vse vključuje, kaj pomenijo rezultati testov in kako zdravniki pristopijo k pogovoru s starši ter kakšna navodila prejmete po pregledu.

Starševstvo se ne začne in konča z ljubeznijo – ampak tam zagotovo raste

Biti starš je ena najzahtevnejših in hkrati najlepših življenjskih vlog. Včasih pa potrebujemo podporo, razumevanje in konkretna orodja, da bomo otroku v pomoč – še posebej, kadar se sooča z duševnimi stiskami.

Dr. Ana Mirković, specialistka otroške in mladostniške psihiatrije z Oddelka za pedopsihiatrijo, ki vodi treninge starševstva – posebne programe, namenjene prav temu, da starši rastejo skupaj s svojim otrokom, pojasni kdo se lahko vključi v programe starševstva, kako potekajo in kako dolgo trajajo, kakšni so učinki in zakaj programi delujejo, na katerih psiholoških teorijah temeljijo in katere pogoje je treba izpolnjevati za vključitev.

Skupine za starše otrok z motnjo hranjenja – niste sami

Motnje hranjenja niso izziv le za otroka, temveč globoko vplivajo tudi na starše in celotno družino. Ko iščemo odgovore, podporo in razumevanje, se pogosto znajdemo v tišini in negotovosti. A prav zato obstajajo skupine za starše, kjer lahko zadihamo skupaj z drugimi, ki gredo skozi podobno izkušnjo. Tjaš Debeljak, magister psihologije, ki vodi psihoedukativne skupine za starše otrok z motnjo hranjenja, razloži komu so skupine namenjene in kje potekajo, zakaj so skupine usmerjene v starše in ne neposredno v paciente, katere teme in vsebine se v skupinah predelajo ter zakaj je varno okolje za pogovor ključnega pomena pri podpori otrok z motnjo hranjenja.

Ko pik žuželke ni več le nadležen – o alergijah in specifični imunoterapiji

Za večino otrok je pik žuželke le neprijetna nadloga, pri nekaterih pa lahko sproži resno alergijsko reakcijo. Kaj storiti,

ko otrokovo telo pretirano odreagira – in kako ga lahko dolgoročno zaščitimo?

Dr. Tina Vesel Tanjšek, specialistka pediatrije s Kliničnega oddelka za otroško alergologijo, revmatologijo in klinično imunologijo razloži, kako deluje specifična imunoterapija – in komu lahko reši življenje. V pogovoru odgovori na vprašanja kaj se lahko zgodi po piku žuželke in kdaj gre za alergijsko reakcijo, kako lahko otroku pomagamo sami v nujni situaciji, kdaj se zdravniki odločijo za specifično imunoterapijo – in kako poteka ter katere druge alergije (npr. na cvetni prah, pršice) lahko prav tako zdravimo s pomočjo imunoterapije.

Ko dihanje postane vprašanje – vse o spirometriji pri otrocih

Kašelj, piskanje v pljučih, zadihanost ob igri ... Kadar otrok pogosto toži zaradi težav z dihanjem, zdravniki lahko predlagajo spirometrijo – preiskavo, s katero preverijo, kako dobro delujejo otrokova pljuča.

Dr. Dušanka Lepej, specialistka pediatrije, in Nina Planinšek, diplomirana fizioterapevtka s Kliničnega oddelka za pulmologijo razložita, kaj je spirometrija in kdaj jo zdravniki priporočijo, kdaj in zakaj se izvaja pri otrocih in mladostnikih, kako poteka preiskava in ali je za otroka neprijetna, kakšna je razlika med testiranjem manjših otrok in najstnikov in kako rezultati pomagajo pri nadaljnji obravnavi in zdravljenju.

Nočna poligrafija pri otrocih – ko spanje pove več, kot si mislimo

Kakovosten spanec je ključen za zdrav razvoj otroka, a pri nekaterih se ponoči dogajajo stvari, ki jih brez posebne preiskave ne bi mogli opaziti. Ena takšnih preiskav je nočna poligrafija, ki pomaga odkriti različne motnje dihanja in druge težave, ki lahko vplivajo na otrokovo zdravje in počutje.

Dr. Aleksandra Zver, zdravnica iz službe za pljučne bolezni, pojasni, kako poteka analiza spanja pri otrocih in zakaj je lahko ključna za postavitev prave diagnoze. Izveste zakaj zdravniki izvajajo nočno poligrafijo pri otrocih, kako preiskava poteka in kako otroka nanjo pripraviti, kaj se zgodi naslednji dan po preiskavi, kako pogoste so motnje spanja pri otrocih in kako rezultati pomagajo pri nadaljnji obravnavi in zdravljenju. Če vaš otrok smrči, se pogosto prebuja, deluje utrujeno čez dan ali ima druge znake motenj spanja, je ta pogovor priložnost, da dobite jasne, strokovne in pomirjujoče odgovore.



PODKASTI ZA OTROKE

Ko te boli trebušček – kaj pa zdaj? Pogovor s kirurgom dr. Jožetom Maučecem

Dr. Jože Maučec je zdravnik, ki pomaga otrokom, kadar jih močno boli trebušček. Morda si že slišal za "slepič" – to je majhen del v trebuščku, ki lahko začne boleti in včasih potrebuje operacijo.

Ampak nič ne skrbi! Dr. Maučec nam razloži, kaj se takrat zgodi in zakaj operacija sploh ni tako strašna, kot si morda predstavljamo. Pove, kako zdravniki in medicinske sestre lepo poskrbijo za otroke, da jih ne boli in da se hitro počutijo bolje. Če te zanima, kaj se zgodi v bolnišnici, kaj je operacijska soba in kako ti zdravniki pomagajo, da se spet smejiš – potem res moraš slišati ta podkast!

Kaj se zgodi, ko te uspavajo za operacijo? Pogovor z dr.

Jelena Berger

Dr. Jelena Berger je zdravnica, ki poskrbi, da med operacijo mirno spimo in da nas nič ne boli.

Dr. Berger nam razloži, kako poteka uspavanje pred operacijo, kdo vse je zraven, ko smo v operacijski sobi, in kako nas potem prijazno zbudijo. Pove nam tudi, da zdravniki in sestre ves čas pazijo, da je vse v redu in da se dobro počutimo.

Če te zanima, kaj se zgodi, ko rečejo: »Zdaj boš malo zaspal ...«, potem je ta podkast prav zate.

Kaj je gastroskopija? – vprašam, da vem!

Hej! Si že kdaj slišal(a) besedo gastroskopija? Zveni malo zapleteno, kajne? Tudi meni! Ampak če te kdaj boli trebušček ali imaš težave s požiranjem, ti zdravniki včasih predlagajo to posebno preiskavo – in prav je, da veš, kaj to pomeni.

V tej epizodi sva Tanja in Tadej vprašala zdravnika Matjaža Homana, pediatra, čisto vse, kar morajo otroci vedeti: Zakaj sploh kdo rabi gastroskopijo? Ali moraš biti zato v bolnišnici? Ali boli? Kaj moraš (ali ne smeš) jesti pred tem? Kaj zdravniki gledajo med preiskavo? Ali res dobim cev v usta? In – ali je potem vse v redu? Lahko hitro grem domov?

Zdravnik Matjaž mi je vse razložil tako, da sem razumel(a) in me ni bilo več tako strah. Včasih, ko vemo, kako stvari potekajo, je vse veliko lažje. In ta podkast je ravno zato tukaj – da ti pomaga, če te čaka gastroskopija ali če te samo zanima, kaj se dogaja v trebuščku!

Prisluhni, vprašaj na glas in postani mini raziskovalec svojega telesa!

Ko zdravnik pomaga tvojemu sklepu – brez skrbi!

Hej, prijatelj! Si že kdaj slišal(a) za nekaj, kar se imenuje punkcija sklepa? Zveni zapleteno? Nič hudega – tudi meni se je tako zdelo! Ampak zato sva Tanja in Tadej vprašala zdravnico dr. Mojco Zajc Abramovič, da ti vse razloži – tako, da boš razumel(a) in te ne bo nič več strah. V tej epizodi izveš: Kaj točno zdravniki naredijo, ko zdravijo tvoj sklep, kaj pomeni, da v sklep vbrizgajo zdravilo, kako dolgo to traja, ali boli (in kako ti pomagajo, da je čim bolj udobno), kaj zdravniki opazujejo med posegom in zakaj ti s tem pravzaprav zelo pomagajo, da se počutiš bolje.

Če imaš težave s sklepi ali te čakajo kakšni pregledi, ti bo ta pogovor pokazal, da zdravniki res znajo poskrbeti zate – nežno, premišljeno in z veliko znanja.

Prisluhni in pogumno raziskuj svet zdravja – vse je lažje, ko veš, kaj te čaka!

Kaj pa je EEG? Preiskava možganov – brez skrbi!

Si že kdaj slišal(a) za EEG? To je ena posebna preiskava, s katero zdravniki pogledajo, kako delujejo tvoji možgani. Nič ne režejo, nič ne pika – samo poslušajo, kaj se dogaja v tvoji glavi (skoraj kot da bi brali tvoje sanje, ampak malo bolj znanstveno). Zdravnika Damjana Osredkarja sva Tanja in Tadej vprašala čisto vse, kar tudi nas zanima: Kaj sploh je EEG? Ali moraš kaj posebnega pojesti ali ne pojesti prej? Kako poteka preiskava in ali je kaj neprijetna? Kako ti zdravniki pomagajo, da si medtem čim bolj sproščen(a)? Kako dolgo traja? In – ali imaš po tem kaj posebnega za početi ali ne?

Zdravnik ti bo vse razložil mirno in jasno – in ko boš slišal(a), kako to poteka, ti bo gotovo veliko lažje. EEG je čisto običajna preiskava in zdravniki jo opravijo vsak dan, zato točno vedo, kako poskrbeti, da se počutiš varno in pogumno.

Ko gremo na testiranje – raziskujemo skrivnosti telesa!

Hej! Si že kdaj slišal(a) za endokrinološko testiranje? Zveni komplicirano, a ni tako hudo, kot se sliši! Če zdravniki želijo ugotoviti, zakaj rasteš malo počasneje, si večkrat utrujen(a) ali imajo kakšno drugo vprašanje o tvojem telesu, te lahko povabijo na poseben test.

Zato sva Tanja in Tadej poklicala dva super strokovnjaka – zdravnika Primoža in glavno sestro Tadejo – da nama razložita: Zakaj sploh kdo potrebuje to testiranje? Kaj vse se dogaja med testiranjem (namig: vključuje tudi pijačo s posebnim okusom!), Kako dolgo traja in ali boli (obljubimo: zelo prijazno poskrbijo zate!), Kaj se zgodi, ko test končaš – greš domov ali ostaneš v bolnišnici? In kaj zdravniki potem ugotovijo s pomočjo tvojega telesa?

Če te čaka kakšno testiranje ali te samo zanima, kako zdravniki odkrivajo male skrivnosti tvojega telesa – prisluhni! Vse boš slišal(a) brez zapletenih besed in z veliko prijaznosti.

Ko te piči čebela ... in zdravniki ti pomagajo!

Te je že kdaj pičila čebela ali osa? Auč! Večina otrok dobi le malo rdečo bunkico, ki srbi ... ampak včasih telo reagira drugače – preveč močno. In takrat zdravniki vedo, kaj storiti. Zato sva Tanja in Tadej vprašala zdravnico Tino Vesel Tanjšek, kaj se zgodi, ko je pik zares problem, in kako ti lahko pomagajo, da se to ne ponovi več.

V tej epizodi izveš: Kaj se lahko zgodi po piku žuželke (in zakaj ni treba paničariti)? Kaj lahko starši naredijo, če pride do alergijske reakcije? Kako zdravniki s posebno imunoterapijo učijo tvoje telo, da se ne bo več tako močno odzivalo? In – ali se taka terapija lahko uporablja tudi pri alergijah na prah, pelod ali pršice?

Zdravnica vse razloži tako, da jo boš razumel(a) tudi ti – in če imaš alergijo, te bo to zagotovo pomirilo.

Kako diham? Spirometrija ti pove!

Si se že kdaj vprašal(a), kako dobro delujejo tvoja pljuča? Če si imel(a) kašelj, težko dihal(a) med tekom ali te je zdravnik poslal na posebno preiskavo, se je morda omenila beseda spirometrija. Ampak brez skrbi – tole sploh ni strašno!

Zato sva Tanja in Tadej vprašala zdravnico Dušanko Lepej in fizioterapevtko Nino Planinšek, naj nama razložita: Kaj je spirometrija (in zakaj je pravzaprav kar zabavna)? Kako poteka preiskava (namig: treba bo močno pihnuti!)? Ali boli? (Ne!) Kako dolgo traja? (Ne dolgo!) In – kako je drugačna za mlajše otroke in najstnike.

Zdravnici ti bosta pomagali razumeti, kako zdravniki preverijo tvoje dihanje in ti s tem pomagajo, da se počutiš bolje – sploh če imaš astmo ali težave s pljuči.

Kaj se dogaja, ko spimo? O preiskavi spanja za radovedne

Si se že kdaj vprašal, kaj zdravniki opazujejo, ko preverjajo, kako spiš? Če ponoči smrčiš, se pogosto zbujaš ali si čez dan zelo zaspan, te lahko povabijo na posebno preiskavo, ki se imenuje nočna poligrafija.

Tanja in Tadej sva o tem povprašala zdravnico Aleksandro Zver, ki dobro ve, kako pomagati otrokom, ki imajo težave s spanjem.

V tem podkastu izveš zakaj zdravniki včasih preverijo, kako spiš, kako poteka preiskava in kaj vse ti priklopijo (nič ne boli), ali lahko spiš doma ali v bolnišnici, kaj se zgodi naslednje jutro in zakaj so rezultati te preiskave zelo pomembni za tvoje zdravje.

Če te čaka ta preiskava ali te samo zanima, kaj zdravniki opazujejo med spanjem, poslušaj in izvedel boš, da je vse čisto preprosto in nič strašno. Ko veš, kaj te čaka, je vse veliko lažje.

Pogovori so dostopni na spletišču [po-d-kast].



STRAHEC STRAŠNI

radijska igra za otroke

Scenarij: Lina Eržen

Režija: Lucija Trobec

Dramaturgija: Helena Šukljan

Glasba in zvočno oblikovanje: Ingrid Mačus

Snemanje: Urban Gruden, Tenej Davidović

Snemanje zvočnih efektov: Julij Zornik

Mentoriranje: doc. Saška Rakef Perko, izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan
Erzar, Julij Zornik, Urban Gruden, Blaž Šef, Sabina Kogovšek



Igra:

Maja – Ajda Kostevc

Strahec – Kaja Petrovič

Oči, dromeozaverček in mama dromeozaver – Blaž Šef

Produkcija: AGRFT 2025

Sinopsis:

Noč je. Osemletna Maja je prvič sama in za povrh še v bolnišnici. Premetava se v svoji postelji, ko naenkrat zasliši glasen BUMF. V prazno posteljo zraven njene prileti ... Strahec. Ja, Strahec. Strahec Strašni. A ko se z njim spoprijatelji, ji izpolni največjo željo – pelje jo v deželo dinozavrov, kjer poleti z dromeozaverčkom. Strahec ne izgine, toda če se z njim spoprijateljiš, je tudi noč v bolnišnici lahko manj strašljiva.

Radijska igra je bila ustvarjena z mislijo na strah, kot enega od najpogostejših zahtevnejših čustvenih stanj, ki spremljajo proces hospitalizacije. Ponudi varen prostor, v katerem lahko otrok spremlja zgodbo, v katero se zlahka vživi. Spozna, da v tej izkušnji ni sam in da je strah nekaj, kar nas v življenju spremlja in s čimer lahko stopimo v odnos. Še posebej dragoceno je, če lahko otrok zgodbo posluša skupaj z odraslim in se po poslušanju o svojih občutkih z odraslim pogovori. Zbrano poslušanje zvočne kompozicije otroku istočasno omogoči tudi globoko potopitev v prijetno doživljanje sedanosti, kar spodbuja občutke miru, varnosti in čustvenega ravnovesja.

Objavljene vsebine so del projekta Bolnišnični radio – zvočna umetnost za pripravo otrok na operativni poseg, ki nastaja v produkciji Akademije za gledališče, radio, film in televizijo v sodelovanju s Pediatrično kliniko in bolnišničnimi šolskimi oddelki OŠ Ledina. Projekt sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada plus.

Lina Eržen

STRAHEC STRAŠNI

radijska igra za otroke

Liki

MAJA, 8 let

OČI

STRAHEC (ni še Strah)

DROMEZOZAVERČEK

MAMA DROMEZOZAVER

Opomba za zvok: dromeozavri so bili dvonožci, ki so tehtali 16 kilogramov. Izgledali naj bi:



By Fred Wierum, CC BYSA 4.0



INT. BOLNIŠNIČNA SOBA - NOČ

Šumenje kovtra

MAJA: Oči, koliko časa bom v bolnišnici?

OČI: Ne vem, žal mi je. Zdravnica ni še nič rekla.

MAJA: Ahh, ampak a jutri prideš?

OČI: Ja, seveda. Lepo spi.

MAJA: Pa-pa.

Koraki

Odprejo in zaprejo se vrata.

Tišina se prelevi v abstraktno glasbo nežnega zazibanja v spanec ...

Ko POČI!

STRAHEC: Uf, uf, joj, sem mislu, da bo ta postelja mehkejša. Uf, ugh, agh.

Zašumi.

MAJA: Aaaa.

STRAHEC: Aaaa.

MAJA: AAAAA.

STRAHEC: AAAAA.

MAJA: AAAAAAA.

STRAHEC: Dej nehej.

MAJA (*vprašujoče*): Aa?

STRAHEC: Oprosti, zamujam.

MAJA (*presenečeno*): Zamujaš?

STRAHEC: Se zgodi no. Povej mi raje, a si vidla moj trojni salto naravnost v posteljo, a? A?

MAJA: Ahm, ne.

STRAHEC: Eh, nikol noben nič ne vidi. No, zato pa vsi začuuuutjo, ko pridem. A ti srce že dela bum, bum bum, bum bum, bum bum bum, bum bum bum, bum bum bum?

MAJA (*prestrašeno*): Ja, res ... naenkrat ... nekej ...

STRAHEC: Ja, to sem jz, Strahec Strašni. Tadaaam.

Sliši se ploskanje.

Trenutek

MAJA (*nejeverno*): A sam sebi ploskaš?

STRAHEC (*znervirano*): Dobro no. A se boš tud ti predstavlja al boš samo ležala tam kot zmrznjena?

MAJA: Maja. (*doda*) Ampak ne razumem ...

STRAHEC: Ni neka znanost. Maja je v bolnišnici, pojavi se Strahec.

MAJA (*oklevajoče*): Hočeš reč, da prideš tja, kjer je nekoga strah?

STRAHEC: Ja, ja, kjer je otroka strah. (*postavljaško*) Kje vse že nisem bil!

MAJA (*previdno*): Kje?

STRAHEC: Do jutra lahko naštevam: pevski nastop, rolkanje, ladja, ki so jo napadli pirati, v džungli sem bil zadnjič iz oči v oči s kačo.

MAJA: Umrta bi od strahu.

STRAHEC: Ja, brez skrbi, tud kača je skoraj.

Zahahlja se.

STRAHEC: Ampak nič ni blo. Vsak je pobegnu v svojo smer.

Sicer sem pa ravno padu z Marsa.

MAJA (*občudujoče*): Z Marsa?

STRAHEC: Ja. Strašen vihar je bil. Uf je zavijalo in tulilo uuuuuuu.

MAJA (*konstatira*): Torej lahko greš kamor kol.

STRAHEC (*postavljaško*): Ne samo v prostoru, TUD v času.

MAJA: Uu, če bi bla ti, bi šla med dinozavre.

STRAHEC: Ah halo, ja valda, tud pri njih sem že bil. Kako da ne!

MAJA: Joj, kaj bi dala, da bi jih lahko vidla, ampak kaj ko jih ni več.

Trenutek

STRAHEC: No, lahko bi šla z mano.

MAJA: To je več milijonov let nazaj.

STRAHEC: Čakej. Čakej. Samo počakej, da začutim kakšnega majhnega dinozavra, ki ga je strah. Počakej. Čakej. Čakej no.

MAJA: Noro.

STRAHEC: Čakej. Čakej. (*premor*) Mam ga! A greva?

MAJA (*oklevajoče*): Moram priznat mal me je strah.

STRAHEC: Ja veš da. Sej si z mano, (*postavljaško*) s Strahcem Strašnim.

MAJA: Aja. Ja. Ja. (*odloči se*) Ok, pojdiva.

STRAHEC: A si pripravljena?

MAJA (*negotovo*): Ja ne vem.

STRAHEC: Si dovolj pogumna?

MAJA (*odločno*): Ja. Sem ja.

STRAHEC: Potem pa zapri oči in globoko vdihni.

Vdihneta.

STRAHEC: Izdihni.

Izdihneta.

STRAHEC: Vdihni.

Vdihneta.

STRAHEC: In izdihni.

Izdihneta.



EXT. SVET DINOZAVROV - DAN

BUP, BUP

STRAHEC: Telemark. *(doda)* A si vidla?

MAJA: Ne. *(doda)* Oprosti.

STRAHEC *(zagodrnja)*: Nikol nihče nič ne vidi no –

Maja ga prekine.

MAJA *(vzhičena)*: Ne morem verjet –

Njo prekine zvok med jokom in nežnim rjoventjem.

STRAHEC: No zaradi njega sva pa tukej.

Maja se obrne.

MAJA: Oo mladiiiiček. Kako je puhast.

Dinozaverček otroško potopota pa jokajoče zarjove glasneje.

MAJA: Strahec, naredi kej.

STRAHEC: Sej sem.

MAJA: Aja. Joj. Pa ne. Majhen je še.

STRAHEC: Vsi se soočamo s Strahci.

MAJA (*razočarano*): Ahh.

Jokajoče rjovenje

MAJA: Nekej morava naredit.

STRAHEC: Jz osebno se bom tu mal zleknu.

Trava zaškripa.

STRAHEC (*sproščeno*): Umm.

Maja napeto zavzdihne.

Jokajoče rjovenje

MAJA: Joj, dinozaverček, pomiri se, povej, kako nej ti pomagava.

Jokajoče rjovenje

MAJA: A ga ti razumeš?

STRAHEC: Ja strah ga je.

MAJA (*znervirano*): Ja to razumem. Ampak zakaj. (*razmišlja*) V bolnišnici ni. Dinozaverček, a si se udaru?

Glasnejše jokajoče rjovenje

MAJA: O ne.

STRAHEC: Kaj?

MAJA: Ne, ne, ne, ne.

STRAHEC: A se lahko izražaš v celih stavkih?

MAJA (*prestrašeno*): Mislim, da se je izgubu.

STRAHEC: Ja ja. Res je.

MAJA: Zakaj mi pa nisi povedu?

STRAHEC: Ja zdelo se mi je očitno.

Maja temu ne nakloni odgovora.

MAJA: Najt morava njegovo družino.

STRAHEC: No mislim, da ga bojo slišal.

MAJA (zašepeta Strahcu): Upam, da res, ker mal me pa že ušesa bolijo, tko je glasen.

Jokajoče rjojenje

MAJA: Joj, dinozaverček. Šššš. Šššš. Vse bo v redu, midva sva zdej s tabo, nisi sam, vse bomo rešil, skupej bomo rešil, boš vidu, samo pomiri se, nisi več sam.

Tišje jokajoče rjojenje, bolj vekanje

MAJA (pomirljivo): Ššš. Ššš.

Dinozaverček naenkrat utihne.

MAJA: O uspelo mi je. Bravo jz!

STRAHEC: Ja hvala bogu.

V daljavi se zasliši rahel tup tup, medtem pa trava zaškripa.

STRAHEC (uživaško): Mm. Končno mir in sonce. Mmm. Pa vdihni ta zrak brez kančka industrializacije. Mmm kakšen zrak. M-m-m.

MAJA (strogo): Strahec, poiskat morava njegovo družino.

Maja vzdihne.

MAJA: A veš, kje bi lahko iskala?

Tup tup tup

STRAHEC: Hm, poslušaj.

Tišina

MAJA: Nič ne slišim.

STRAHEC: Ne, ne, ne, ne. Bolj poslušaj.

MAJA (*znervirano*): Sej poslušam.

Tišina pa naenkrat tup tup tup

MAJA (*vznemiri se*): O slišiiiiim.

STRAHEC: U. Pa je res nekdo.

MAJA: Dinozaverček, morda je kdo od tvojih. Dej glas, da te sliši.

STRAHEC: Joj ne no.

MAJA (*prestrašeno*): Misliš, da sva v nevarnosti?

STRAHEC (*navihano*): Na svoja ušesa mislim.

MAJA (*strogo*): Pa ne bodi sebičen.

STRAHEC: Ja no.

Tup tup tup tup tup hiter

Odraslo rjovenje

V odgovor otroško rjovenje

MAJA (*prestrašeno*): O ne. O ne. O ne, o ne, o ne.

STRAHEC: O dlake so se ti postavle pokonci.

Navihano se zahahlja.
Tup tup tup in rjojenje
V odgovor otroško rjojenje

MAJA (prestrašeno): Strahec, to je dromeozaver, to je mesojedi
dinozaver. Beživaaaa!

Teče stran.
Rjojenje
V odgovor otroško rjojenje

STRAHEC (vpije k Maji): Ej ej ej ej, povedu ji je, da si mu
pomagala.

Rjojenje

STRAHEC (vpije k Maji): Mama se ti zahvaljuje.

Maja se zaustavi in obrne.

MAJA: Z veseljem, vesela sem, res sem vesela, da je vse v redu.
Joj, zelo sem bla v skrbeh.

Oklevajoče stopi nazaj.
Rjojenje
Maja se ustavi.

STRAHEC: Bil je z brati in sestrami IN malimi sosedi in
sosedami iz sosednjega gnezda, ampak jih je izgubu. Ne ve,
kako.

MAJA: Aja.

*Maja še vedno rahlo oklevajoče pristopi nazaj.
Nežno rjojenje*

STRAHEC: *Sprašuje, če se lahko igra s tabo.*

*Nežnejši tup tup tup
Nežno rjojenje*

STRAHEC: *Ti loviš!*

Strahec vstane in steče stran.

MAJA: *Aja, je že igra.*

Steče.

MAJA: *Ti loviš.*

*Tup tup
Nežno rjojenje
Teče Strahec.*

STRAHEC: *Ne, ne, ne, ne, ti.*

Majin tek

MAJA: *Ne, ti.*

STRAHEC: *Ti!*

*Smeh
Maja teče.*

MAJA: Ti.

Tup tup tup
Nežno rjovenje
Majin tek

MAJA: Ne, ti.

Smeh
Tup tup
Nežno rjovenje
Strahec teče.

STRAHEC (*zadihano*): Ah, stop igra. Vsi se zaustavijo in se poskušajo nadihati.

Maja se zahahlja.
Nežno rjovenje

STRAHEC (*manj zadihano*): Sprašuje, če bi z njim letela?
MAJA (*ne more verjeti*): Ja, ja bi.

Nežno rjovenje

MAJA (*tišje Strahcu*): Me je pa mogoče mal strah. Tko čuden občutek mam v trebuhu.

STRAHEC (*postavljajško*): Ja ja, tko je, ko si s Strahcem Strašnim. (*normalno*) Greš al ne?

MAJA: Ja, ja, ja, grem, grem, grem.

Nežno rjovenje

STRAHEC (*tišje Maji*): Madona, se je pa opogumu tale, ravnokar je jokal.

Šumenje

Šuštenje kril, ki se dvigajo.

MAJA (*prestrašeno*): Aaaaaaa.

Rjovenje

STRAHEC (*od spodaj*): Pazitaaaaa.

MAJA (*dol*): Jaaaa.

Nežno rjovenje *dol*

MAJA: Uuuu.

Šuštenje

MAJA: Vauuu.

Nežno rjovenje

MAJA: Kolko rek in slapov in izvirov.

Šuštenje

MAJA: Ah tam se kadi iz vulkana. Poglej.

Šuštenje

MAJA: A do vulkana greva? Ojoj.

Šuštenje

MAJA (prestrašeno): Oooo.

Nežno rjojenje

MAJA (navdušeno): Uuuuu. Veš, vulkan je dejansko odprtina v Zemlji.

Nežno rjojenje

MAJA: Ja, ja.

Šuštenje

MAJA: Aaa krokodiliiii! Uu, dobro, da nisva tu pristala s Strahcem.

Zahahlja se.

Šuštenje

MAJA: Glej čreda hadrozavrov! Ooo, kako so ogromni.

Šuštenje

MAJA: In jz sem nad njimi. Letiiim.

Šuštenje

MAJA: Oo tisti je naslonjen s sprednjimi tacami na drevo, s katerega smuka liste.

Šuštenje

MAJA: Kakšne tace ma. Ja, res je visok sedem ali osem metrov. Znanstveniki se niso zmotil.

Šuštenje

MAJA: In kakšen rep. Lahko bi bil tobogan, kajne?

Nežno rjojenje
Maja se zahahlja.

MAJA: A se strinjaš? Joj, hvala ti dinozaverček. Oziroma dromeozaverček.

Šuštenje

MAJA: Glej, tam sta Strahec in tvoja mama.

Nežno rjojenje

MAJA (*dol*): Nisva se izgubila.

Zahahlja se.

MAJA (*dol*): To je najboljši dan mojega življenja.

Rjojenje

STRAHEC (*gor*): Ej počasi bo čas, da se vrneti.

Šuštenje in nežen pristanek
Nežno rjojenje

STRAHEC: Upa, da se še vidta.

MAJA: Tud jz upam, res upam, da se še vidva. Strahec, bova še prišla?

STRAHEC: Ja marsikej je možno, če Strahca pogledaš v oči in se z njim pogovarjaš.

MAJA: Adijo dromeozaverček, adijo mama dromeozaver.

Rjojenje in nežno rjojenje

Tup tup in nežnejši tup tup

MAJA: Kako dobro. Vidla sem perje dromeozavra, v muzejih so samo kosti. (*pade noter*) Veš, dromeozaver je nekaj med ptičem in dinozavrom, ampak je v resnici že bolj ptič. Samo odrasli so preveliki, da bi lahko letel. So kot noj danes.

STRAHEC: Ahm, hvala, nisem vedu.

MAJA: In dromeozaver je mesojed, ampak lovi manjšo hrano. Jz sem majhna, ampak ne tko majhna.

STRAHEC: Ej dobro je, da si bla previdna.

MAJA: A ko je bla mama prestrašena pa ni bil z njo Strah?

STRAHEC: Bil, bil, samo nisi ga vidla. Ko je odšel, mi je pomahu.

MAJA: Oh, jz sem tko vesela, da sem premagala strah. (*popravi se*) Oziroma da sem se spoprijateljila s Strahcem.

STRAHEC (*postavljaško*): Ja valda, vsak bi se rad spoprijateljil z mano. Halo. Mhm.

Maja se zahahlja.

MAJA (*misli resno*): Kul si Strahec.

STRAHEC: Jp.

Odhrkne se.

STRAHEC: Ja, nič. Greva nazaj?

MAJA: Greva.

STRAHEC (*prijazno*): Sej že veš. Zapri oči in vdihni.

Vdihneta.

STRAHEC: Izdihni.

Izdihneta.

STRAHEC: Vdihni.

Vdihneta.

STRAHEC: In izdihni.

Izdihneta.



INT. BOLNIŠNIČNA SOBA – NOČ

Bam, BAM – vzmetnica parkrat zaškripa.

MAJA: Premet nazaj. Res maš rad to svojo gimnastiko.

Prijazno se zahahlja.

STRAHEC (*ranljivo*): Ja. Hvala, ker si opazila.

MAJA: Joj, noro. Potovala sva v času IN prostoru.

STRAHEC: No ja, samo v času.

MAJA: Kaj?

STRAHEC: Jp.

MAJA: Vse to se je dogajalo točno tu, v tej sobi, v tej bolnišnici?

STRAHEC: Jp.

MAJA: Vau. (*doda*) Vau. Vau. Vau.

Trenutek

MAJA: Strahec, jutri je zame pomemben dan. (*premor*) Strah me je. Sej to pomeni, da boš z mano?

STRAHEC: Maja, veš da. To bo najina nova dogodivščina.

MAJA: Hm. Ne vem, če bo ravno dogodivščina, ampak Strahec, (*premor*) vesela sem, da si tu.

STRAHEC: No brez skrbi.

Abstraktna glasba zazibanja v spanec ... se začne mešati z zvoki jutra.

KONEC

DNEVNIK POGUMNEGA LEVA

zvočna knjiga



Besedilo: Tanja Turičnik

Režija: Lucija Trobec

Mentoriranje: doc. Saška Rakef Perko,
Urban Gruden, izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar

Interpretacija: Rok Ličen

Produkcija: AGRFT 2025

Sinopsis:

Zgodba spremlja dečka Vida, ki mora v bolnišnico, potem ko mu nepremišljeno dejanje sošolca poškoduje oko. Napisana je kot prvoosebna pripoved v obliki dnevniškega zapisa. Vida spremljamo od poškodbe do pregleda in sprejema v bolnišnico, priprave na operacijo pa vse do zaključnega zapisa, ki se zgodi nekaj let kasneje, ko Vid deli, kako je kljub trajnim posledicam našel način, da polno živi naprej.

V zgodbi so na otroku razumljiv način opisani s hospitalizacijo in operacijo povezani protokoli. Spoznamo kako izgleda življenje v bolnišnici in kaj se dogaja pred operacijo. Pripovedovanje Vida o čustvih, ki jih doživlja, je subtilno in umirjeno ter hkrati natančno. Naslovi tako čustva strahu in tesnobe kot tudi vse tisto, kar mu je pomagalo v tem zahtevnem procesu. Zvočna knjiga, ki jo otrok posluša skupaj z odraslim, je lahko iztočnica za pogovor o občutjih, ki jih otrok doživlja ob nesreči in v času pred operacijo, sočutno naslavljanje teh vsebin pa lahko pripomore k integraciji čustveno zahtevnih izkušenj in občutku varnosti.

Objavljene vsebine so del projekta Bolnišnični radio – zvočna umetnost za pripravo otrok na operativni poseg, ki nastaja v produkciji Akademije za gledališče, radio, film in televizijo v sodelovanju s Pediatrično kliniko in bolnišničnimi šolskimi oddelki OŠ Ledina. Projekt sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada plus.

Tanja Turičnik

DNEVNIK POGUMNEGA LEVA



KDO SEM JAZ – VID?

Dragi dnevnik!

Ime mi je Vid in star sem deset let. Hodim v peti razred osnovne šole. Tja sicer ne zahajam prav rad, saj mi je dolgočasno sedeti popolnoma pri miru, poslušati učiteljičino nakladanje o povsem nepomembnih temah in prepisovati snov s table. Čeprav svoj prosti čas nerad namenjam pisanju nalog in učenju, sem priden učenec. Večinoma imam petice, le pri zadnjem testu slovenščine sem malo pomešal sklanjatve, zato sem dobil štirico. A starši niso bili hudi name. Vseeno pa mi gre šola pošteno na živce.

Edino, kar me v šoli zabava, so odmori, ki jih najraje preživljam skupaj s svojima najboljšima prijateljema Anžetom in Klemnom. Ob deževnih dneh v razredu najraje igramo karte ali človek ne jezi se, včasih tudi rišemo. Kadar je vreme lepo, pa odmore najraje preživljamo na šolskem parku ob nogometu ali metanju frizbija. Po končanem pouku se odpravim domov, kjer me vedno pričaka slastno babičino kosilo. Živim namreč v hiši, skupaj s svojimi starši, osem let starejšo sestro Mašo, babico, dedkom in mačkom Krivošapom. Se ti zdi ime Krivošap kaj znano? Prav imaš, dnevnik, če si pomislil, da smo mačka poimenovali po Hermioninem mačku iz Harryja Potterja. Naj ti ponosno povem, da so to edine knjige, ki sem jih prebral, ne da bi me mama silila. Z Mašo sva si ogledala tudi vse filme in ravno takrat smo dobili mačka, za katerega sva izbrala ime. Pa še enake barve je kot maček v knjigi!

Potem ko pojem babičino kosilo, se mi običajno mudi na popoldanske aktivnosti, ki sem si jih izbral čisto sam. Ob torkih in petkih se odpravim na dveurni trening nogometa. Ti treningi mi zelo veliko pomenijo, saj se pri njih dobro razgibam, sprostim in dobim energijo, ki mi pride prav pri pisanju domačih nalog. Poleg tega se z vsemi igralci dobro razumemo in se zelo zabavamo. Lani smo osvojili celo pokal za najboljšo moštvo v naši regiji. Ob ponedeljkih in četrtek pa hodim popoldne v glasbeno šolo, kjer se že štiri leta učim igrati kitaro. Nekoč si želim imeti svojo glasbeno skupino, s katero bi lahko igral različne zvrsti, vse od popa, rocka, džeza do metala. Pesmice, ki se jih moram učiti v glasbeni šoli, mi gredo sicer precej na živce. Na lanskem zaključnem nastopu sem moral zaigrati dve izredno dolgočasni in dolgi pesmici. Najprej sem zaigral eno, ko pa sem začel igrati drugo, sem postal tako zaspan, da sem odigral samo prvo kitico in odšel z odra. Večina občinstva seveda ni vedela, da pesmi nisem zaigral do konca, a učiteljica Marta je bila zelo jezna na mene. Tega ni pozabila do jeseni, ko mi je rekla, da mi ne bo dovolila več nastopati, če se ne bom držal dogovora o tem, kar moram zaigrati. Starši pa nad mojim nastopom niso bili jezni. Oče se je celo nekoliko nasmihal.

Z vsemi sostanovalci se zelo dobro razumem. S starši se med poletnimi počitnicami vsakokrat odpravimo na kako daljše potovanje. Lansko poletje smo obiskali Egipt, leto pred tem Španijo, še eno leto prej pa Tajsko. Na potovanjih vedno spoznavamo kulturo države, ki smo jo obiskali, preizkušamo njihove tradicionalne jedi, občudujemo naravne lepote in se kopamo v morju. Med zimskimi počitnicami pa obvezno odidemo na smučanje v Švico, Francijo ali Italijo. Všeč mi je tudi, kadar me babica in dedek povabita na enodnevni izlet v

hribe, na morje ali pa se odpeljemo h kakemu jezeru, kjer se ohladimo. Med vikendi grem z njima večkrat v toplice, kjer mi babica dovoli, da pojem toliko čokolade, sladoleda ali tortic, kolikor želim. Nazaj grede se vedno ustavimo na hamburgerju in krompirčku. To moji mami seveda ni niti najmanj všeč, saj vsem vedno teži, kako pomembno je, da se prehranjujemo zdravo.

Zdaj ko ima vozniški izpit še moja sestra, je najin stalni obred za druženje postal vsakomesečni obisk kina. Enkrat izberem film jaz, drugič ona. Oba rada gledava animirane filme, zato niti ni tako pomembno, kdo izbere, saj vedno uživava. Najraje pa imava filme, v katerih je veliko petja. Tako so nama obema zelo všeč Naš čarobni svet, Želja, Ledeno kraljestvo in Levji kralj.

Ne smem ti pozabiti povedati, da tudi zunaj šole veliko časa preživim s Klemnom in Anžetom. Stanujemo namreč zelo blizu skupaj. Tako je v zadnjem letu postalo kar nenapisano pravilo, da se vsako soboto popoldne dobimo pri enem od nas treh. Skupaj gradimo gradove iz legokock, dirkamo z avtomobilčki na daljinca po dirkalni stezi, igramo na Klemnovem najnovejšem play stationu, se igramo spomin ali pa ob lepem vremenu tekamo zunaj. Lansko poletje smo na primer imeli najraje igro, ki smo jo poimenovali Pozvoni in zbeži. Igra je potekala tako, da si pozvonil na zvonec kakšni tečni sosedi, se brž skrili in opazoval njeno reakcijo, ko je odprla vrata. Vendar se zdaj te igre ne gremo več, saj je zelo sitna soseda Majda lani konec poletja zalotila Anžeta, ko ji je zvonil, in je čisto ponorela. Poklicala je starše in Anže je moral za kazen opleti jagode. Dragi dnevnik, moje življenje se ti verjetno zdi popolno, kajne? Imam namreč tipične skrbi, ki tarejo povprečnega 10-letnika. Poleg tega se zavedam, da imam ljubečo družino in prijatelje, ki mi stojijo ob strani. Vendar se je konec lanskega decembra moje

življenje na mah obrnilo na glavo. Zato sem se odločil, da bom zapisal svojo zgodbo in jo poimenoval Dnevnik pogumnega leva, saj je na obeh platnicah in na vsaki strani dnevnika narisana lev. Poleg tega je lev tudi moja plišasta igrača, ki je z mano že od četrtega leta starosti.

Čeprav si več kot pol leta ždel v predalu moje pisalne mize, potem ko mi te je podarila babica za rojstni dan, je zdaj prišel pravi čas, da tvoje strani zapolni moja zgodba, v kateri bom skušal biti pogumen kot pravi lev!

DAN, KI VSE ZAVRTI

Dragi dnevnik!

Danes ti bom povedal, kaj se je zgodilo tisti dan, ki je verjetno za vedno zaznamoval moje življenje.

Dan, ko se je zgodilo nekaj, za kar sem mislil, da se meni nikoli ne bo, se je začel povsem običajno. Zjutraj me je mama zbudila, pojedli smo zajtrk in nato me je oče odpeljal v šolo. Edina razlika je bila ta, da tisti dan nismo imeli pouka, saj je bil zadnji dan pred novoletnimi počitnicami, zato smo imeli na šoli proslavo. Iz razreda smo odšli v šolsko telovadnico, kjer smo se z Anžetom in Klemnom posedli v zadnjo vrsto, da bi med predstavo lahko klepetali in komentirali nastope. Predstava je minila brez posebnosti. Bilo je sicer precej dolgočasno, saj so peli iste božične pesmi kot vsako leto, govor ravnateljice je bil tako dolg, da ga ni nihče poslušal. Najbolj smešno na vsej proslavi je bilo takrat, ko se je med nastopom neke sedmošolke pokvaril mikrofona. Ona je pela, mi pa nismo slišali njenega cvilečega glasu. Seveda se je veliko učencev temu glasno



smejalo, zaradi česar so nam učitelji namenjali grde poglede, vendar se nismo zmenili zanje. Po končani proslavi nam je učiteljica naročila, naj se vrnemo v učilnico, kjer bomo pojedli nekaj božičnih piškotov ter se potem odpravili domov. Žal pa jaz do tistih piškotov nisem prišel.

S Klemnom in Anžetom smo po koncu proslave nekoliko čakali, saj so se vsi prerivali in nismo mogli do vrat, ki so bila na nasprotni strani tribun, kjer smo sedeli. Ko se je telovadnica spraznila, smo šli še mi in prišli na nabito poln hodnik.

Pomaknili smo se nekaj metrov naprej. Od daleč smo slišali vpitje neznanе učiteljice, ki je kričala na nekega fanta, naj neha metati frnikole po zraku. Ne da bi vedeli, kaj točno se dogaja, smo hodili naprej. Gneča se je počasi zmanjšala, saj so vsi odšli v svoje razrede. Tudi mi smo odšli naprej po hodniku. Tam ni bilo nikogar več, razen enega nekoliko močnejšega fanta, ki je stal na sredi hodnika. Zaradi vseh novoletnih smrečic, ki so krasile hodnik, nismo mogli mimo njega. Ker sem hodil spredaj, sem mu prijazno rekel: »Oprosti, ali se lahko postaviš na stran, da bomo lahko šli mimo?«

Fant me je pogledal in njegove oči so zabliskale od jeze: »Si mi rekel, da sem debel?«

»Ne seveda ne,« sem zacvilil.

V tistem trenutku pa mi je levo oko zagrnila črna tema. Začutil sem le ostro bolečino, ki se mi je zasajala v očesno notranjost. Nato sem zaslišal vpiti Anžeta: »Počeno frnikolo mu je vrgel v oko!«

Fant je naglo zbežal, na hodnik je prihitela naša učiteljica. Stal sem sredi hodnika kot okamenel. Čutil sem bolečino v notranjosti očesa, postalo mi je slabo in usta sem imel tako suha, da jih nekaj sekund nisem mogel odpreti. Prvo, kar sem

lahko spravi iz sebe, je bilo: »Kako izgledam?« Učiteljica mi ni odgovorila, temveč me je naglo odpeljala v svoj kabinet in mi pritisnila gazo na oko. Nato je poklicala mojo mamo in ji je povedala, kaj se je zgodilo. Ko sem sedel v kabinetu z učiteljico in čakal na mamo, me je postalo strah, kaj bo z mojim levim očesom. V želodcu me je stiskalo, rahlo sem se tresel in dlani so postajale vse bolj potne. Potočil sem tudi nekaj solzic. Učiteljica je stopila k meni in me vprašala: »Vid, te zelo boli?«

»Ne, samo strah me je, kaj se bo zgodilo z levim očesom. Saj bo z njim vse v redu, kajne?«

Učiteljica me je prijela za roko in z nežnim glasom rekla: »Vid, ne bom ti lagala, saj se na poškodbe oči res ne spoznam. Zato ti ne morem zagotoviti, da bo tvoje oko še kdaj takšno, kot je bilo. Lahko ti pa zatrdim, da so zdravniki pri nas zelo dobro usposobljeni in bodo naredili vse, da bo škoda čim manjša.«

Ne vem točno, zakaj, ampak njene besede so me pomirile.

Kmalu zatem je prišla mama, ki se je vsa tresla. Usedla sva se v avto in se odpeljala v urgentno očesno ambulanto. Med potjo sva bila tiho, zatopljena vsak v svoje misli in skrbi. Odkrito povedno, ne spomnim se, o čem sem takrat premišljeval. Zelo slabo se spominjam tudi očesne urgence. Vem, da sva bila na vrsti takoj, saj je bila čakalnica prazna. Ko sva vstopila v ordinacijo, sta me sprejela prijazna medicinska sestra in zdravnik. Mama jima je na hitro povzela, kaj se je zgodilo, in zdravnik me je nekaj spraševal, ampak ne vem več točno, kaj. Spomnim se le, da sem se takrat ob njegovem mirnem glasui in prijaznem obrazu povsem pomiril, saj sem vedel, da mi bo pomagal. Nato mi je rekel, da mi bodo dali zdravilo, ki mi bo omililo bolečino, da mi bo lahko iz očesa pobral steklo. Takoj ko mi je zdravilo priteklo v žilo, sem postal omotičen in zaspan. Ne vem, kako dolgo sva bila z mamo na urgenci. Naslednja stvar, ki

se je spomnim, je to, da ji je zdravnik povedal, da mi je steklo lahko pobral iz očesa, vendar je tkivo tako uničeno, ker je bilo steklo zarito vanj, da bo potrebna operacija, na kateri mi bodo odstranili oko in ga nadomestili z umetnim očesom. Ob teh besedah sem bil spet čisto pri sebi in sem rekel: »Ampak jaz hočem svoje oko, ne drugega!« Zdravnik mi je prijazno razložil, da tudi če pustijo notri moje oko, z njim ne bom nikoli več videl, poleg tega pa lahko pride do kakšnih zapletov, če očesa pravočasno ne odstranijo. Tako sem spoznal, da nimam izbire. V bolnišnici so mami naročili, kako mi mora doma pokrivati poškodovano oko z gazo, ga čistiti s fiziološko vodo, in da naj se točno čez dva tedna, torej po praznikih, vrnemo na otroški oddelek, kjer me bodo pripravili na operacijo.

Tako sva z mamo zapustila bolnišnico. Imel sem mešane občutke. Po eni strani sem občutil olajšanje in veselje, da bom lahko praznike preživel doma, s svojo družino. Hkrati pa me je bilo strah, kaj se bo zgodilo čez dva tedna. A miril sem se z mislijo, da sta dva tedna veliko časa, in se skušal prepričati, da mi to ne bo pokvarilo praznikov. Govoril sem si, da se bom zdaj veliko igral z Anžetom in Klemnom, užival ob novih igračah in pomagal babici pri peki prazničnih dobrot.

Z mamo sva sedla v avto in do doma nisva spregovorila. Po kosilu mi je rekla: »Vid, razumem, da te je strah, kaj se bo zgodilo. Tudi naju z očkom je, a vedeti moraš, da ti bova stala ob strani. Vse dni, dokler boš v bolnišnici, bo eden od naju pri tebi in skupaj bomo šli skozi to preizkušnjo.«

Novica o tem, da me čaka odstranitev očesa, se je naglo razširila. Klemen in Anže sta mi že tisti popoldan obljubila, da mi bosta priskrbela zapiske in delovne liste ter mi pomagala nadoknaditi vse, kar bom zamudil v šoli. Povedala sta mi tudi, da fanta, ki mi je vrgel frnikolo, najverjetneje čaka izključitev iz šole in bo moral zadnji razred dokončati na drugi šoli.

Tako so prazniki veliko prekmalu minili. Dobil sem veliko božičnih daril. Najbolj so mi bile vseč legokocke, iz katerih sem lahko sestavil novega bojevnika, ki se je pridružil moji zbirki robotov bojevnikov iz legokock.

Med prazniki o moji bližajoči se operaciji doma nismo kaj dosti govorili, kar mi je zelo ustrezalo. Skušal sem namreč odmisлити tisto, kar me je čakalo po praznikih, in ta dva tedna preživeti čim bolj normalno. No, to čisto v celoti seveda ni šlo, saj sem se vsako jutro in zvečer, ko mi je mama čistila oko, spomnil, da kmalu tam ne bo več mojega, ampak bo notri umetno oko. Bolečino sem sicer nekoliko čutil, a ta je kmalu izzvenela, saj sem jemal protibolečinska zdravila, zato sem lahko užival v svojih aktivnostih.

Kljub temu pa sem zvečer v postelji razmišljal, kako bo. Ob tem mi je postalo precej neprijetno, zato sem misli brž preusmeril drugim, čvrsto stisnil svojega levčka in zaspal.

DAN PRED ODHODOM V BOLNIŠNICO

Dragi dnevnik!

Danes je nedelja. To pomeni, da sem zadnji dan doma, preden grem jutri zjutraj v bolnišnico. Današnji dan je bil zelo lep. Zjutraj smo šli z očetom in Mašo na sprehod v gozd, kjer smo uživali ob pogledih na zasneženo pokrajino. Potem smo šli domov in si skupaj ogledali risanko Levji kralj. Mama je vmes skuhala moje najljubše kosilo, nadevanega piščanca s pečenim krompirjem. Po kosilu sta prišla na obisk Anže in Klemen. Z njima smo igrali karte, dirkali z avtomobili in kovali načrte, kako bosta prihodnji teden sama nagajala sošolkam. Ko sta morala domov, sem postal zelo žalosten. Prvič v življenju se je vame naselil občutek negotovosti, saj nisem vedel, kdaj ju bom spet videl in se lahko igral z njima. Tesno smo se objeli in se

dogovorili, da se bomo vsak dan slišali po telefonu. Onadva mi bosta povedala vse zanimive zgodbe iz šole, jaz pa njima, kako bo v bolnišnici. Ob njunem objemu sem v sebi začutil resnično moč, da sta to moja prava prijatelja in mi bosta stala ob strani tudi v trenutkih, ko bomo fizično ločeni. Ko sta odšla, sem bil še vedno žalosten, da ju ne bom videl vsak dan, hkrati pa sem vedel, da me oba podpirata in navijata zame – za pogumnega leva, ki ga v prihajajočem tednu čaka težka tekma.

Po njunem odhodu sem si začel pripravljati stvari za v bolnišnico. Občutek ob tem je bil zelo nenavaden. Kadarkoli sem doslej zlagal svoje stvari v nahrbtnik, sem bil vznemirjen in vesel, saj sem se vedno odpravljal kam na lepše – na potovanje, smučanje, športni tabor, v toplice. Tokrat pa sva z mamo pripravljala stvari za v bolnišnico, kjer vladata strah in bolečina. Sprva sploh nisem vedel, kaj naj vzamem s sabo. Nato pa sva v nahrbtnik zložila zobno ščetko, zobno pasto, gel za prhanje, papirne robčke, nekaj spodnjic, nogavice, copate, kopalni plašč, Krivošapovo fotografijo in pisalo. Jutri zjutraj bom k temu seveda dodal še svojega levčka in – tebe, dnevnik, saj bom vsak večer zapisal, kaj bom doživljal v bolnišnici.

Ko sem spakiral, sem šel še na partijo šaha k dedku in zraven pojedel nekaj babičinih piškotov. Ob slovesu od babice in dedka mi je postalo zelo težko, vendar sta me bodrila, da bo vse v redu. Dedek mi je povedal, da je bil sam večkrat v bolnišnici na operacijah. Pred dvema letoma so mu zamenjali kolk, prej pa je imel operacijo na žolčniku in kolenu. Rekel je, da so bili v bolnišnici do njega vsi zelo prijazni in naj kar sprašujem, karkoli me bo zanimalo glede moje operacije. Tako sem pomahal babici in dedku v slovo ter stekel v zgornje nadstropje. Tudi Krivošap je bil tisti dan zelo prijazen do mene. Čeprav ni ravno v njegovi navadi, je zvečer prišel v moje naročje in glasno predel, ko sem

ga božal. Povedal sem mu, da bom mislil nanj in da imam s sabo tudi njegovo fotografijo. Mama je za večerjo spekla palačinke, ki so mi z babičino domačo ribezovo marmelado zelo tekstile. Med tuširanjem in umivanjem zob se mi je po glavi pletlo veliko vprašanj, kaj bodo jutri počeli z mano, ali imajo v bolnišnici igrače, ali bom imel v svoji sobi televizijo, kakšni bodo zdravniki in medicinske sestre. S temi mislimi sem iz kopalnice odšel v dnevno sobo, kjer smo si skupaj ogledali nadaljevanko. Zdaj pa sedim za svojo pisalno mizo in ti pripovedujem o svojem dnevu. Mislim, da bom šel kmalu spat, saj moram jutri zgodaj vstati, ker moram biti v bolnišnici že ob pol osmih.

Lahko noč, dnevnik!

Ponovno se oglasim jutri iz bolniške sobe.



DAN PRIHODA V BOLNIŠNICO

Dragi dnevnik!

Sedim za mizo v svoji bolniški sobi in premišlujem, kje naj začnem s pisanjem, saj ti imam o današnjem dnevu veliko povedati.

Zjutraj me je mama zbudila že zgodaj. Hitro sem si umil zobe, se oblekel in vzel nahrbtnik. Odločil sem se, da leva ne bom tlačil v nahrbtnik, saj ga bom morda potreboval ob sebi že prej. Zajtrka doma nisem jedel, saj so naročili, da moram priti tja tešč. V avtu sva bila bolj tiho, saj sem bil še zelo zaspan in se mi ni dalo klepetati. Potem ko sva parkirala, sva iz avta vzela vse stvari in odšla proti vhodu. Od takrat, ko sem nazadnje vstopil v bolnišnico, nisem imel v spominu neprijetnega vonja po razkužilu. Zdaj mi je pa ta vonj takoj napolnil nosnici in zdel se mi je grozen. Mama je videla moj spačeni obraz. Povedala mi je, da mora biti tukaj vse zelo čisto in da površine razkužujejo s

posebno tekočino, da ne bi ljudje, ki so že tako bolni, zboleli še bolj. V dvigalu sem tesneje stisnil svojega leva in se nekako vdal v usodo, da me bo odslej spremljal ta vonj. Skušal sem si prigovarjati, da se ga bom sčasoma navadil in me ne bo več motil. Saj tudi v domačem naselju nisem več zaznal smradu, ki se je širil iz skupnih smetnjakov. Ko sem se spomnil na ta vonj, sem si mislil, da je vseeno bolje vohati razkužilo kot pa vso svinjarijo, ki jo ljudje zmečemo stran.

Z mamom sva stopila iz dvigala in odšla k okencu, kjer sva gospe za pultom dala mojo zdravstveno izkaznico. Ne vem, kaj točno je počela z njo, a čez nekaj trenutkov nama jo je vrnila in povedala, kam naj greva. Šla sva nekaj korakov naprej po hodniku do čakalnice. V njej sva bila sama. Čakalnica je bila polepljena z raznimi risbicami in plakati, na stenah so visele kratke pesmi. Najbolj mi je ostala v spominu risba, ki je prikazovala nogometno moštvo. Poleg tega so bile v čakalnici tudi majhne mize, na katerih so bile revije, slikanice, prazni listi in barvice. Pomislil sem, da je čakalnica videti prijazna. Takrat je skozi vrata stopila medicinska sestra s kratkimi rdečimi lasmi in očali. Povabila naju je v ordinacijo. Sledila sva ji skozi modra vrata, na katerih so bili nalepljeni iz papirja izrezani snežaki. Spomnil sem se na naš razred, saj smo pred počitnicami tudi mi izdelovali take snežake. Z mamom sva sedla za mizo, tako da smo si z gospo sedeli nasproti. Medicinska sestra je spregovorila s prijaznim in mirnim glasom: »Živijo, Vid! Jaz sem medicinska sestra Polona. Zdaj vaju bom z mamom vprašala nekaj stvari o tebi, ti vzela kri in te na koncu pospremila na oddelek do tvoje sobe. Tam boš najprej dobil zajtrk, nato pa te pride obiskat še anesteziologinja. Ali veš, kaj počnejo anesteziologi?« »Ane... – kaj? Prvič slišim to ime. Jaz imam sošolko Anastazijo.« Gospa Polona se je prijazno nasmehnila in rekla: »Anesteziologinja je zdravnica, ki skrbi, da med operacijo trdno spiš. Ona ti da

posebno zdravilo in ti ne boš nič vedel, kaj se dogaja okoli tebe. Ničesar ne boš videl, ničesar slišal. Najpomembnejše pa je, da ne čutiš bolečine. Danes bo prišla k tebi, da se spoznata, in ti bo vse lepo razložila. No, zdaj pa kar začnimo z izpolnjevanjem vprašalnika.« Polona je iz zelene mape potegnila kup papirjev. Sprva sem se prestrašil, da bom moral vse popisati jaz, vendar je takoj zatem v roko vzela kuli in me začela spraševati: »Ime, priimek, datum rojstva, ime mame, ime očeta, njune telefonske številke.« Vse to sem ji povedal sam, ko pa je začela spraševati mamo o poteku nosečnosti, mojih drugih boleznih in alergijah na hrano, je odgovarjala ona, saj jaz o tem nimam pojma. Ko je Polona končno vse napisala, je mami dala kuli in jo prosila, naj se nekam podpiše. Nato se je spet obrnila k meni in rekla: »Zdaj pa ti bom vzela kri. Kar usedi se na ta stol.« Pokazala je na siv stol, ki je bil še najbolj podoben stolu pri naši šolski zobozdravnici. Krvi mi niso vzeli že dve leti, vse od sistematskega pregleda v tretjem razredu, zato me je bilo nekoliko strah, ali bo zelo bolelo. K sebi sem stisnil leva. Polona je zavihala rokav mojega puloverja in rekla: »Lepega leva imaš. Kako mu je ime?« Povedal sem ji, da nima imena, ampak da mu pravim kar lev. Nato je obrisala kožo na sredini moje desne roke in me vprašala, ali me je že kdaj pičila čebela. Ko sem začel razmišljati, sem začutil nekaj neprijetnega v desnici. Bila je mešanica bolečine in pekočega občutka. Še preden sem ugotovil, kaj se je zgodilo, je Polona že pokrila kožo z gazo in jo zalepila. »No, tako. Končala sva. Zares si bil priden in pogumen. Zdaj pa ti pokažem tvojo sobo.« Roko sem premaknil in presenečen ugotovil, da me nič več ne boli. Vzeli smo stvari in šli naprej po hodniku in do velikih belih vrat. Polona jih je odklenila in nama jih pridržala. Rekla je: »Vid, tvoja soba je soba številka tri. Pojdimo pogledat.« Odšli smo v sobo. Na vratih je bil, verjeli ali ne, narisana velik lev. Imel je lepo košato grivo,

modre oči in razprte šape, kot da bi tistega, ki ga gleda, hotel objeti. To me je navdalo z občutkom pomirjenosti. Polona je odprla vrata. V sobi sta stali dve postelji. Ob vsaki je stala nočna omarica. Nasproti postelj je bila majhna omara, na kateri je bil televizor. Pod oknom je stala bela mizica z dvema modrima stoloma. Ob postelji pri vratih pa sta bila omara in umivalnik. Takoj ko smo stopili skozi vrata sobe, pa sem opazil še ena vrata. Polona mi je povedala, da je tam moja kopalnica. Odprla jih je. V kopalnici so bili umivalnik, straniščna školjka in tuš kabina. Bil sem začuden, da ima vsaka soba svojo kopalnico, saj mi je dedek povedal, da je imel v njegovih časih ves hodnik bolnišnice skupno kopalnico. Polona je opazila mojo začudenost in povedala, da imajo sobe v novejših in obnovljenih bolnišnicah skoraj povsod že svoje kopalnice. Še bolj se je nasmehnila, ko sem jo vprašal, ali lahko gledam televizijo: »Seveda jo lahko gledaš. A ker si prišel prvi v sobo, si lahko izbereš posteljo.« Odločil sem se za posteljo pri oknu, saj je od nje boljši pogled na televizijo. Polona je odšla. Mama mi je pomagala poiskati copate. Takoj pa se je spet vrnila Polona, mi izročila modro pižamo in prinesla pladenj z zajtrkom. »Izvoli, tukaj je tvoj zajtrk. Drugače pri nas otroci jedo zajtrk, kosilo in večerjo v igralnici, ki nam takrat služi kot jedilnica, vendar so zdaj zajtrk že pojedli in boš šel tja na kosilo. Ko boš pojedel, lahko greš v igralnico, dokler ne pride zdravnica.« Preden je odšla, mi je na roko dala zeleno zapestnico, na kateri je bilo napisano moje ime.

Na pladnju z zajtrkom je bil kruh s sirnim namazom, banana in čaj. Hrano sem hitro zmetal vase, saj sem bil sestradan. Ko sem pojedel, sem se preoblekel v pižamo. Z mamo sva šla pogledat, kje je igralnica, in bila je nasproti moje sobe. V njej je za mizo sedela vzgojiteljica, ki je takoj stopila k nama in se predstavila: »Živijo, jaz sem Gaja. Bi prišel pogledat, kaj delamo?« Za mizo

so poleg Gaje sedeli še trije otroci in dve odrasli ženski. Ena deklica je imela dolge svetle lase in modre oči. Pomislil sem, da hodi v prvi ali kvečjemu drugi razred. Zraven nje je sedela njena mama. Nasproti nji je sedel rjavolas fant z očali, ki bi moral biti približno mojih let. Tudi zraven njega je sedela mama. Poleg Gaje pa je sedela deklica z dolgimi črnimi lasmi. Delovala je nekoliko starejša, mogoče 15 ali 16 let. Poleg nje pa ni bilo mame. Gaja nama je pokazala prazna stola in usedla sva se k okrogli mizi. Vsak od otrok je imel pred sabo risalni papir in voščenke. Gaja mi je rekla, da vsakdo riše svoj sanjski kraj, kamor si želi nekoč oditi. Podala mi je voščenke in list. Tudi sam sem začel risati. Gaja je medtem prosila vse otroke, naj se na kratko predstavijo. Prva je spregovorila deklica s svetlimi lasmi: »Jaz sem Lili in hodim v prvi razred.« Nato se je oglasil fant: »Jaz sem Bor in hodim v peti razred.« Potem sem se predstavil še sam: »Jaz sem Vid in tudi hodim v peti razred.« Na koncu je spregovorila še črnotaska: »Jaz sem Lara in hodim v prvi letnik gimnazije.« Opazil sem, da ima Bor na desni roki zapestnico nogometnega kluba Chelsea, in takoj sva se začela pogovarjati. Povedal mi je, da je bil prejšnje poletje z družino v Londonu in si je ogledal tekmo.

Mame pa so začele govoriti o svojih otrocih, o tem, zakaj je kdo v bolnišnici, in o svojih službah. Ne vem, kako dolgo sem bil v igralnici, ko je skozi vrata pokukala manjša zdravnica z rjavimi lasmi, ki so bili speti v figo: »Živijo! Oprostite, da motim. Malo si bi sposodila gospodiča Vida in njegovo mamico.« Z mamo sva vstala in ji sledila. Odšli smo v mojo sobo. Usedel sem se na posteljo, ona in mama pa sta si zraven primaknili stola. Rekla je: »Ime mi je Klara in sem anesteziologinja. Jutri bom skrbela za to, da boš pred operacijo lepo zaspal in se potem mirno zbudil. Danes pa se moramo malo pogovoriti o tvojih morebitnih

dosedanjih operacijah in drugih posebnostih.« Iz mape je spet privlekla cel kup listov. Začela je brati: »Alergije na zdravila, druge operacije, zapleti po anesteziji, prisotnost srčnih bolezni, težave z dihanjem, težave s spanjem in podobno.« Mama je govorila samo: »Ne.« Klara pa je zapisovala. Ko je končala, je mami dala v roko kuli in ji pokazala, kje naj se podpiše. Nato je rekla: »Odlično. Zdaj te moram pa še pregledati. Nič ne bo bolelo.« Poslušala mi je srce, pretipala vrat, pogledala ušesa in grlo ter rekla: »Povsem si zdrav. To je to za danes. Se vidiva jutri zjutraj v operacijski sobi.« Zaprla je vrata in odšla. Ko sva bila z mamo že na poti do igralnice, je po hodniku prišel visok zdravnik: »Živijo, Vid! Jaz sem Jože in jutri te bom operiral. Stopita, prosim, malo z mano.« Z mamo sva mu sledila na konec hodnika, kjer je bila majhna sobica. V njej so bile čudne aparature. Bil sem radoveden, a ne prestrašen, saj se mi je zdelo, da sem danes, ko so mi vzeli kri, končal z bolečimi posegi do jutrišnjega dne. Zdravnik mi je pokazal, kam se naj usedem, in mi začel tipati levo oko. Vzel je majhno svetilko, mi z njo posvetil v oko in rekel: »Ja, res je uničeno tkivo. Jutri bomo oko odstranili in naredili podlago in prostor, da boš potem, ko se rana zaceli, notri dobil umetno oko. To ni nevarna operacija. Vsako leto jih naredimo veliko, tako da le brez skrbi, vse bo v redu. Imel pa si veliko srečo, da ti je poškodovalo samo vrhnji del očesnega tkiva, zato bomo notranjo strukturo lahko pustili. Operacije te vrste so lažje in manj boleče.« Vprašal sem: »Ali me bo jutri, ko se zbudim, kaj bolelo?« Zdravnik je pogledoval od mene k mami in počasi rekel: »Verjetno boš čutil nekaj bolečin v očesu. A brez skrbi. Dali ti bomo protibolečinska zdravila, če jih boš potreboval. Samo povej, in ti jih bomo dali.« Nato naju je spodbudno potrepljal in odšli smo iz ordinacije. Rekel je še: »Vedeti moraš, da kar veliko ljudi živi z enim očesom in živijo

normalno. Hodijo v službo, vozijo avto in imajo družine. Poleg tega danes izdelujejo že tako dobre očesne proteze, da sem včasih še sam presenečen, ko kje vidim koga in mi pove, da ima umetno oko. Sploh ni opaziti razlike! Zato le pogumno in vse bo v redu.« Njegove besede so mi dobro dele, čeprav je v meni tlel strah, kakšen bo občutek jutri, ko se bom zbudil in me bo bolelo. Tolažil sem se s tem, da bom pač takoj prosil za zdravila. Zastopljen v svoje misli, sem šel v igralnico. Gaja je ravno razdeljevala kosilo. Za kosilo smo dobili grahovo juho in testenine z zelenjavo in piščancem. Hrana niti najmanj ni bila tako dobra kot pri babici, vendar sem vse pojedel. Po kosilu se je mama poslovila in rekla, da oče pride k meni, takoj ko konča službo. Tako sem ostal v igralnici sam z drugimi otroki. Tudi Borova mama je rekla, da gre na kosilo, in se potem vrne. Z Borom sva razpravljala o nogometu in v omari sva našla majhen namizni nogomet. Takoj sva ga začela igrati. Kmalu je v igralnico vstopila debelušna gospa in se nasmehnila: »Živijo, ekipa! Midva se še ne pozna. Jaz sem vzgojiteljica Nika. Danes bomo skupaj preživeli ta deževni popoldan.« Gaja nam je pomahala in odšla. Midva z Borom sva se tako zatopila v igro, da sva postala nekoliko preglasna. Nika naju je prijazno opozorila: »Ej, vidva! Lepo, da se zabavata, ampak tukaj smo v bolnišnici in bodita prosim malo bolj tiho. Dojenčki spijo in jih bosta zbudila. Potem bo pa joj.« Seveda sva postala manj glasna in začela klepetati o tem, kako so učitelji v šoli sitni, kako je pouk dolgočasen in kaj sva dobila za božič. Bor mi je povedal, da je za božič dobil dres svojega najljubšega igralca in da je majico prinesel s sabo za srečo. Razložil mi je, da je v bolnici že tretjič in da ga jutri ponovno čaka operacija na desnem očesu, ker je spet prišlo do odstopa mrežnice. Vprašal sem ga, kaj sploh je mrežnica. Rekel je, da ne ve točno, vendar kadarkoli mu odstopi, vidi pred očmi čudne črne pike. Zgrozil sem se.

Povedal mi je tudi, da je slaboviden in zato nosi očala. V šoli potrebuje povečano besedilo in sedi v prvi klopi. Na kratko sem mu še sam povedal svojo zgodbo. Povedal mi je, da je bil prejšnji v sobi skupaj s fantom, ki so mu prav tako odstranili oko in da ima zdaj že umetno. Pozneje sta šla skupaj na vročo čokolado in videti je še bolje kot prej. To me je razveselilo in pomirilo hkrati. Ob štirih popoldne se je na vratih igralnice prikazal moj oče. Tako sem bil vesel, da je prišel, da sem mu kar stekel v objem. Niko sem vprašal, ali si lahko sposodim nekaj družabnih iger in jih odnesem v sobo. Dovolila je. Vzel sem spomin in človek ne jezi se. Z očetom sva se v sobi igrala in se zraven šalila. Tako sem se kar sprostil in pozabil na jutrišnji dan. Ob šestih pa je na vrata potrkal mlad svetlolas medicinec in povedal, da me v igralnici čaka večerja. Z očetom sva se tesno objela in poljubil me je na lica. Rekel mi je, da moram jutri biti pogumen kot moj lev in da se popoldne oglasi pri meni. Odšel je dol po hodniku, jaz pa sem šel v igralnico. Tudi Bor je ravno prišel iz svoje sobe. Povedal je, da sta z mamó igrala šah in jo je premagal. Za večerjo je bila zelenjavna juha in carski praženec. To je bilo res dobro. Vse sem pojedel. Nato pa nam je Nika naročila, naj se gremo umit. Medicinec mi je prinesel brisačo in novo modro pižamo. Tako sem se stuširal in si umil zobe. Razmišljal sem, kaj bo prinesel naslednji dan, in v trebuhu začutil neprijeten občutek. Vendar sem si rekel: »Če je Bor prestal že toliko operacij in mu nič ne manjka, bom zmogel tudi jaz.« Še enkrat sem šel v igralnico, da bi si vzel knjigo, če zvečer ne bi mogel zaspati. Ko sem na polici zagledal Harryja Potterja, se mi je odvalil kamen od srca. Vzel sem Kamen modrosti in Niki vrnil družabne igre, ki sva jih vzela z očetom. Bor je vrnil šah. Malo sva še klepetala, ko je v igralnico prišel medicinec: »Tako, zdaj bo pa treba spat. Prosim, Bor, Vid in Lara, da po polnoči ne jeste več nič. Vodo pa lahko pijete do petih zjutraj, potem pa

tudi ne več, saj ste vsi jutri na vrsti za operacijo. Vse jasno. Ja, prosim, Vid?« Dvignil sem roko kot v šoli: »Oprostite, ampak jaz bom operiran na očeh, ne na želodcu. Zakaj ne smem vsaj piti?« »Moraš biti tešč. Drugače lahko pride do zapletov pri anesteziji. Lahko ti je slabo in bruhaš. Saj bo kmalu minilo, boš videl. Prvi je ob pol devetih na vrsti Bor, potem ti okoli pol desetih, za tabo pa Lara.« Bil sem malo razočaran, saj sem si želel, da bi z Borom skupaj pričakal operacijo. Bor je to opazil in rekel, da me pride pozdravit, preden ga bodo odpeljali na operacijo.

»Kako pa je, ko te odpeljejo v operacijsko?«

»Hmm. Ne vem natančno. Preden te odpeljejo, dobiš nekakšno pomiritevno tableto. Jaz se po njej vedno počutim nekam omotičnega in ležim na postelji. Potem prideta dve sestri, primeta posteljo vsaka na eni strani in – gremo.«

»Kaj pa potem?«

»No, odpeljejo te po nekem hodniku, kjer greš skozi nekakšna čudna vrata in tam vedno nekdo stoji. Pomaga ti na voziček, ki te odpelje do neke mize. Tam ti pomagajo, da se uležeš, in vsi nekaj govorijo, ampak ne spomnim se točno, kaj. Vem samo, da mi dajo nekaj na usta, in potem zaspim.«

»Kaj pa ko se zbudiš?«

»V neki sobi ležiš in okoli tebe vse piska. Ne spomnim se natančno, ker si malo podoben pijanemu človeku. Potem vem, da se vedno do konca zbudim v svoji sobi na oddelku.«

»Fanta, zdaj pa dovolj klepetanja. Spati bo treba!« je rekel medicinec. »Pojdita vsak v svojo sobo in lahko noč.«

Z Borom sva si pomahala in šla vsak v svojo sobo. Ura je bila šele osem. Doma hodim spat ob devetih ali kasneje, zato sem si po tiho vklopil televizijo in malo bral knjigo. Na kratko sem poklepetal tudi z Anžetom in Klemnom. Povedala sta mi, da so pri športni vzgoji v telovadnici po nesreči razbili okno, zato je

bila učiteljica ves dan sitna in jim je dala ogromno domače naloge. Še bolj pa se je razjezila, ko je eno od skrivnih sporočil, ki si jih pošiljamo pri pouku, pristalo na njenem katedru. Na njem je pisalo: »Danes je pa res sitna ko driska.« Zato je Klemen dobil domov obvestilo, da se mora jutri njegova mama oglasiti na govornih urah. Skrbi ga, da spet ne bo smel gledati televizije. Skupaj smo kovali načrt, kako bomo nagajali učiteljici, ko se vrnem v šolo. Nato sta mi zaželela vso srečo, jaz pa sem obljubil, da se oglasim, ko bom lahko.

Po pogovoru z njima sem se odločil, da tebi, dnevnik, povem, kako sem se imel prvi dan. Ni bilo tako slabo in grozno, kot sem se bal. Vesel sem, da sem spoznal Bora. Zanimajo naju namreč iste stvari. Prav tako že veliko ve o bolnišnici, zato mislim, da bo moj pomemben vodnik v tem tednu. Jutrišnjega dne se sicer iskreno bojim, vendar imam občutek, da bo vse v redu. Zame bodo namreč skrbeli zdravniki, ki tega ne počnejo prvič, in se bodo potrudili, da bo vse tako, kot mora biti.

Zdaj pa mislim, da bom tesno objel svojega prijatelja levčka in šel spat. Lahko noč, dnevnik!

DAN OPERACIJE



Dragi dnevnik!

Danes je bil zame zelo naporen dan. Še zdaj sem malo utrujen, zato ti bom na kratko povedal, kako je bilo.

Zgodaj zjutraj me je prebudila medicinska sestra Polona, mi izmerila telesno temperaturo, prinesla novo pižamo in naročila, naj se preoblečem. Ko sem se preoblačil, se je po hodniku vse do moje sobe širil prijeten vonj kakava in svežega kruha. V tistem trenutku sem postal lačen, vendar sem se spomnil, da danes zame ni zajtrka. Pogledal sem na nočno omarico in opazil, da na njej ni več mojega lončka za čaj. Torej so mi že vse

odnesli, da ne bi pozabil in po pomoti pil. Ulegel sem se nazaj v posteljo in premišljeval o operaciji. V trebuhu me je neprijetno zvilo in postalo mi je vroče. Spomnil sem se, kaj mi je prejšnji večer povedal Bor, in si prigovarjal, da bom samo zaspal, ko pa se bom zbudil, bo vsega konec. Objel sem svojega plišastega prijatelja in nekdo je potrkal na vrata. Pred njimi je stal Bor: »Jutro, Vid! Prišel sem ti samo zaželet vso srečo, preden mi dajo tableto, ker potem ne bom smel več vstajati.« »Tudi tebi vso srečo, Bor. Držal bom pesti zate,« sem mu odgovoril. »Zakaj ležiš tukaj? Pojdi malo v igralnico. Zajtrka je že konec in prepričan sem, da te bo Gaja razvedrila. Meni vedno hitreje mine, če na operacijo počakam v igralnici,« je rekel Bor. »Bor, pridi, mama te že čaka in jaz imam zate tabletko. Počasi bomo šli v operacijsko sobo,« je rekla Polona. »Drži se, Vid! Se vidiva zvečer,« je pomahal Bor in odšel. Vstal sem iz postelje in se po Borovem nasvetu odpravil v igralnico. Vzgojiteljica Gaja in Lili sta ravnokar na mizo dali spomin. Gaja je predlagala, da se jima pridružim. Ker nisem imel pametnejše ideje, kaj naj počnem, sem ponudbo sprejel. Ko smo začeli, se je mimo vrat v igralnico pripeljala postelja, ki sta jo potiskali dve medicinski sestri, na vsaki strani po ena. Videl sem Bora, kako mirno leži. Pomahal sem mu in tudi on mi je pomahal nazaj. Gaja je zaklicala: »Srečno, Bor!« In odšli so naprej po hodniku. Igro smo odigrali do konca in zmagal sem. Nato je Lili predlagala, da se bi pomerila v igri štiri v vrsto. Privolil sem. Ravno ko je igra postajala zanimiva, pa sta se na vratih prikazali moja mama in Polona. Rekli sta, naj pridem v sobo. Moje noge so postale nekoliko težke in s težavo sem se odvlekel do sobe. Najprej sem šel še na stranišče, saj mi je Polona rekla, da po tej tableti ne smem več hoditi okoli. Nato mi je dala tableto in popil sem nekaj požirkov vode, da je spolzela po grlu. Rekla je, da se

mi bo morda po tableti nekoliko vrtelo, vendar se bom počutil umirjenega. Vprašal sem jo, ali je Bor že nazaj, in povedala je, da je njegove operacije že konec in je trenutno v zbujevalnici. Nato mi je nanesla nekaj kreme in tisto mesto prekrila z gazo. Povedala je, da me bo ta krema varovala pred bolečino, ko mi bodo v operacijski iskali primerno mesto za ustavitev anestezije. Odšla je in povedala, da me pride iskat, ko bo zame vse pripravljeno. Res sem se počutil nekam čudno, a me ni bilo strah. Bil sem omotičen, vrtelo se mi je, hkrati pa sem se čutil popolnoma pomirjenega. Z mamó sva se pogovarjala, kam bomo šli poleti na počitnice. Vrata sobe so se odprla in vstopila sta Polona in še ena mlajša medicinska sestra: »Vid, zdaj pa gremo v operacijsko sobo.« In že sta potisnili posteljo, mama pa je hodila zraven. Takrat mi je nekoliko hitreje začelo biti srce in dobil sem potne roke. Stisnil sem svojega levčka. Šli smo skozi vrata oddelka in zavili – ne vem točno, kam, ko so se pred nami prikazala vrata, ob katerih je stala medicinska sestra, ki je imela kapo na glavi, tako da nisem videl njenih las: »Živijo, ti si verjetno Vid. Jaz sem Nuša in danes bom skrbela zate. Kar počasi vstani in se usedi semle na voziček.« Pomagala mi je, da sem se usedel. Nato mi je na noge dala neke posebne nogavice in na glavo zeleno kapo. »Levčka lahko vzameš seboj, če želiš.« Mama mi je dala v roko leva in me poljubila. Polona in druga sestra sta se mi spodbudno nasmehnili, in že me je Nuša odpeljala naprej po hodniku. Levčka sem močno stisnil. Prišla sva do nekega prostora, kjer je stala postelja, veliko ekranov in notri je bilo kar precej ljudi. Vsi so bili podobno zamaskirani kot Nuša. Pomagala mi je, da sem se ulegel na posteljo. Levčka sem še vedno močno stiskal k sebi. »Tako, zdaj ti bom pa razprla pižamo in ti na prsi nalepila take nalepke, ki bodo kazale, ali tvoj srček pravilno deluje. Koliko si star?« je rekel neznan, a zelo prijazen ženski glas.

»Deset let,« sem zamomljal.

»Lepega levčka imaš,« je rekla ženska, medtem ko mi je lepila nalepke. Nuša mi je medtem pritrdila merilec pritiska na desno roko in na prst desne roke še neko reč, podobno kljukici za obešanje perila. Nisem še čutil nobenih bolečin. Potem me je poklical glas, ki sem ga prepoznal – bila je anesteziologinja Klara: »Vid, nič se ne boj. Zdaj te samo pripravljamo, preden te uspavamo. Vse ti bomo sproti povedali, kaj delamo. Če želiš, lahko študentko Mojco, ki se uči pri meni, primeš za roko.« Ni mi bilo treba dvakrat reči. Takoj sem ji podal roko in držala me je. »Ste prej tako pripravljali tudi Bora?« »Seveda,« je odgovorila Klara in dodala: »Ko so tebe pripeljali, so njega že odpeljali na oddelek. Z njim je vse v redu. Zelo pogumen je bil. Povedal nam je, da sta se spoznala in da oba navijata za isti nogometni klub. Tako, zdaj te bom zbodla v levo roko. Občutek bo enak, kot da ti jemljem kri, vendar igle ne bom vzela ven, saj ti bomo potem po njej spustili zdravilo, da boš zaspal,« je rekla. »Evo, že imaš kanalček na levi roki. Je bolelo?«

»Ne,« sem zamrmral, saj sem zaradi vseh aparatov, ki so jih priklopili name, postajal vse bolj zmeden. Prestrašen morda niti ne, ker je bilo vzdušje na neki način prijetno in sproščeno, kar mi je dobro delo, zato sem se tudi sam pomiril.

»Ni te bolelo, ker so ti roko namazali s kremo, ki omrtvi bolečino,« je pojasnila Klara.

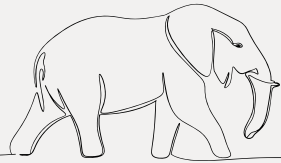
»Super, da to obstaja,« sem ji rekel.

»Tako, zdaj boš pa počasi zaspal. Kar lepo mirno dihaj in lahko noč,« je rekel oddaljeni glas.

Začutil sem, da v moje telo prihaja nekaj toplega, in nenadoma me je zmanjkalo.

Lina Eržen

V DEŽELI SLONA



Zapreš oči in se znajdeš v deželi slona.

K tebi spusti svoj trobec in te povoha.

Iztegneš obe roki k njemu in trobec ti ovije okrog pasu. Dvigne te, kot da si peresce. Za trenutek obvisiš v zraku. Začutiš svojo lahkotnost. Posadi te na svoj hrbet. Začutiš njegovo toplino.

K tebi stopijo še drugi sloni, cela čreda jih je. Po vrsti, eden za drugim, nihče ne prehiteva.

Slon, na katerem sediš, se začne premikati. Premika se mirno.

Vsi sloni mu sledijo. Hodijo skladno, kot da so eno in nikamor se jim ne mudi. Pogledaš okrog sebe. Tla so prekrita s travo in ponekod so peščena. Sonce sije in zavijete v gozd, ki bujno zelen nudi senco. Skloniš glavo, da se izogneš krošnjam. Še bolj se nagneš in ga objameš. Čutiš njegov mir in povezanost z okoljem. Slon je zadovoljen. Če si najde hrano in vodo, če ima ob sebi svojo čredo, če je obdan z naravo, je zadovoljen. Sledi dobro znani poti. Po njej so hodili že njegovi predniki. Razrasla afriška drevesa se ponašajo z velikimi podolgovatimi listi. Čreda se vsake toliko zaustavi in jih smuka.

Prispete do oaze, polne blata. Tu je vrvež slončkov, ki brezskrbno rijejo in se valjajo. Nekakšen slonji blatni vrtec. Poprosiš slona, da te spusti, da greš k njim. S trobcem seže k tebi in te posadi naravnost v blato. Začutiš, kako je mehko in gosto, potopiš se vanj z vso svojo težo. Čutiš, kako teža pada vse globlje v blato. Blato te objema in ti nudi toploto.

Tvoj slon potrobi. To ni jezno, neučakano trobljenje. Je mirno in potrpežljivo. Slončki okrog tebe se počasi postavijo pokonci. Kakemu spodrsne in pade nazaj v blato, a se pobere. Mirno, brez strahu.

Tvoj slon te nežno dvigne in posadi nase. Potrobi in ti ga potrepljaš. Zahvališ se slončkom za igro in čutiš ljubezen, ki ti jo čreda vrača.

Sloni in slončki se odpravijo nazaj v gozd. Spet se stisneš k svojemu slonu, da si nižje od krošenj. Objameš ga. Občutiš varnost.

Pred vami je jezero. Slon te odloži na njegov breg. Vsi pijejo. Tudi ti poklekneš in piješ. Voda je prijetno mrzla in okusna. Piješ in piješ. Sloni nato zakorakajo v vodo in slončki se vanjo razposajeno vržejo. Slediš jim. Kot slončki čofotaš in čofotaš. Voda te prebudi in osveži.

Nato se uležeš na travo, vse štiri daš od sebe. Toplo sonce te boža. Okrog tebe se zleknejo slončki, medtem ko sloni stojijo ob vas in vas z uhlji pahljajo, da vam ne postane vroče. Skrbijo, da ste dobro. Počutiš se dobro. Del celote si, ne samo črede, ampak cele narave, celega vesolja. Vse je v redu, vsi so mirni in zadovoljni. Tudi ti čutiš mir in zadovoljstvo.

Baterije se napolnijo in s slončki skoraj hkrati vstanete. Povezani ste. Tvoj slon te spet povezne na hrbet. Obrne se proti gozdu in čreda mu sledi.

Hodite. Mirno, zadovoljno, s ciljem, a brez kakršne koli naglice.

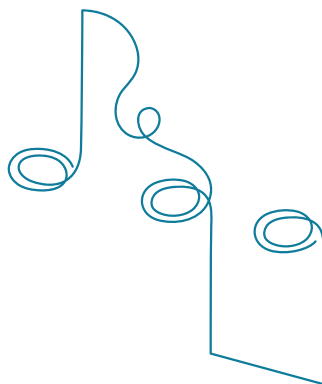
Ko pridete iz gozda, tvoj slon potrobi. Vsi sloni in slončki stopijo okrog vaju, razvrstijo se v krog in vsi po vrsti trobijo v pozdrav. Želijo ti samo najboljše. Ti objameš svojega slona in zapreš oči. Globoko dihaš.

Odpreš oči in pogledaš na prostor, v katerem si, z novimi očmi. Z očmi, ki so del telesa, ki pozna mir slonov.



Lina Eržen

ZVOČNE UGANKE



1.

Poslušaj.

Hm, le kaj je to?

Hm, hm, hm.

Je mravlja, ki hodi na vrh mravljišča?

Ne, ne.

Že vem! Planinec je, ki se vleče na vrh Triglava.

Ni. Hm. Mar ti veš? Kaj misliš, da je to?

Le kaj. Le kaj.

Poslušajmo še enkrat.

Ali je medved, ki bo pohrustal vse hruške, da ga bo potem bolel trebuh? Ja, mora biti medved!

Ni.

Potem je ... veverica, ki hrusta arašide?

Blizu sem? Zelo blizu. Uf, ah, joj, joj.

Veverica, ki hrusta lešnike?

Veverica, ki hrusta orehe?

Veverica, ki hrusta ... brazilske oreščke?

Indijske oreščke?

Aha, v drugo smer moram.

V drugo smer ...

Torej arašide hrusta ... tvoja mama?

Tvoj oče? Tvoj brat? Tvoja sestra? Ne. Ja kdo pa hrusta arašide?

Tvoj prijatelj Boris na rojstnodnevni zabavi. Odlično.

Je kdo uganil? Bravo!

To je Borisovo hrustanje arašidov. Ja, točno tako zveni, ko hrustamo arašide.

To smo lahko posneli z vibracijskim mikrofonom, prislonjenim tik ob vrat. Zaznava tako drobne tresljaje, da lahko sliši, kaj se dogaja pod kožo. In tako je občutljiv, da lahko posname celo hojo mravlje. Vau.

2.

Poslušaj.

Hm, le kaj je to?

Hm, hm, hm.

To je ... hrček, ki hitro teče v svojem vrtečem kolesu.

To je ... grgranje morskega psa z morsko vodo, preden zvečer pade v posteljo in zaspi kot top.

To je ... mačka, ki pogreša svojo prijateljico, ker je ni na spregled že tri dni, saj je zbolela. Skrbi jo, zelo jo skrbi. Oh, oh.

Ne. Nič od tega ni.

No, hvala bogu, da prijateljica ni zbolela. Super.

Razmišljam naprej.

Že vem. Seveda! Vem.

To je ... severni medved, ki čofota do sredine reke, da ujame ribo za kosilo.

Ni.

Hm. Poslušajmo še enkrat.

Morda pa tako zveni, ko se osredotočam in tako intenzivno razmišljam, da imam občutek, da se mi bo glava razpočila.

Ne. Seveda ni.

Rešitev je preprostejša. Je pred nosom.

Kaj je pred nosom?

Upam, da torta, ampak ne, pred nosom je vedno brokolijeva juha. Vem, da je zdrava. Ampak vseeno bi torto.

Hm. Kaj je ta zvok?

Kaj če je ... kloktanje v želodcu, ko spiješ preveč vode, potem ko se končno vrneš domov z igrišča. Ja. Preprosto. Pravi odgovor je vedno preprost, a ne?

Ne. To ni rešitev.

Ali vi veste? Pomagajte.

Kaj je to?

Mimohod ladje, ko stojimo na obrežju reke Ljubljanice.

Ste vedeli?

Meni res ni padlo na pamet. Priznam.

3.

Poslušaj.

Hm, le kaj je to?

Hm, hm, hm.

Oh, vem, to je vesoljska ladja, ki je prispela, da v Ljubljano pripelje prve turiste z ... ahm Jupitra.

Ni.

S Saturna?

Z Neptuna?

Ni vesoljska ladja. Naj ne pretiravam. Ah, škoda. Lahko bi bila.

Potem je ... knjiga, ki v knjižnici želi, da jo nekdo prime v roke in prebere, zato tako poje, poje, poje, da bi jo kdo slišal.

Knjige ne pojejo? Ne, ne, ni res. Poslušaj drugič. Seveda vem, kaj govorim.

Če ne vem, ne govorim.

Prav. Razmišljam. Razmišljam. Razmišljam preprosto.

Helikopter, ki se dviga, ampak kot ga slišijo ptice na nebu.

Ne.

Razmišljam ustvarjalno.

Gosenica, ki je ravno postala metulj?

Kolibri, ki brzi k cvetočem parku?

Dve gugalnici, ki se gugata ena zraven druge?

Nič od tega. Poslušajmo še enkrat.

To mora biti vesoljska ladja. Hecaš me?

Ne hecaš me.

Hm.

Tako se pogovarjata dve kosilnici, ko soseda kosita eden zraven drugega?

Ne.

Ste vi uganili? Ali veste?

Tako zveni ladja – toda kot jo sliši most. Da, prav ste slišali.

Prav poseben mikrofoni, ki se imenuje geofon, je bil z magnetom pritrjen na kovinski most čez Ljubljano. Geofon zaznava le vibracije nizkih frekvenc. Z njim je recimo mogoče posneti celo tresenje tal. Tokrat pa smo z geofonom posneli ladjo, ki pod mostom pluje vzdolž reke Ljubljane.

4.

Poslušaj.

Hm, le kaj je to?

Hm, hm, hm.

Jasno kot beli dan. To je čevap, ki ga pogoltneš v enem grizljaju. Pa potem naslednji. Pa naslednji. Pa naslednji ...

Ne.

Potem je ... pretep dveh dinozavrov, ki se tepeta z repi, a vsakič eden drugega zgrešita, da zašvisti po zraku.

Ni pretep. Ne seveda ne mislim, da je prav, da se dva dinozavra tepeta ali da se kdor koli tepe. Samo pravim, da tako zveni. Ne, seveda, super je, da se nihče ni tepel.

Potem je to ... moj oči, ki strelja z lokom in itak vedno vse puščice letijo mimo tarče. Ah, da, ta zvok redno slišim.

Motim se.

Poslušajmo še enkrat.

To so muhe, ki letijo mimo polža na vrtu?

Čebele?

Ose?

Ne. Nič ne leti. Torej nič ne leti in nihče se ne tepe, sploh pa ne z repi. Hm. Potem se ... dve miški preganjata po ... po ledu. Ne preganjata se. Potem ... drsata po ledu? Ja. Dve miški sta si naredi drsalke in samozavestno drsata. Ne.

Potem dvaaa ... vesoljca jesta sladoled in vsakič ju zmrazi, ker ga nista vajena? Uboga vesoljca, no saj se bosta navadila.

Spet ne.

Ahm ... dve pikapolonici igrata ping pong?

Badminton?

Dva mangota skačeta po trampolinu?

Predam se.

Ne razumem. Zvočne uganke mi gredo vedno odlično.

Ste vi uganili?

Ta je bila težka.

To je zvok vodne zapornice na reki Ljubljanici, a zvok je posnet z usmerjenim mikrofonom, ki so ga odmikali in približevali zvoku vode, in sicer tako da se je zibal, kot bi bil na gugalnici – v velikiem loku sem in tja, sem in tja. Noro.

5.

Poslušaj.

Hm, le kaj je to?

Hm, hm, hm.

To je srce volka, ko mora prečkati cesto sredi noči, ko je sicer vse tiho, samo njegovo srce bije, bije, bije.

Ni srce volka.

Je srce lisice?

Srce srne?

Srce jelena?

Ne ugibam kar vsevprek. Ne. Seveda prej premislim.

Dobro. Razmišljam. Razmišljam.

Plesanje kozoroga po skalah vrh Karavank?

Ne.

Ples v mojem želodcu, ko pojem hkrati cheesecake in čokoladne ameriške palačinke, ker sem na rojstnem dnevu in je oboje na mizi hihi.

Ne.

Dva astronauta, ki se sporazumevata zgoraj, daleč zgoraj na mednarodni vesoljski postaji. Ne govorita istega jezika in v astronautski obleki sta, seveda, zato se sporazumevata s trkanjem.

Ne.

Ah, razmišljam, razmišljam.

Saj znam. Saj vem.

To je poročna koračnica vil in vilincev sredi najglobljega gozda.

Ne. Poslušajmo še enkrat.

Ah, seveda. Da, seveda. Duhovi trkajo na vrata. Upam, da ne na moja hihi.

Duhov ni. Zagotovo? Smo prepričani?

Prav, v redu.

Kaj je potem to?

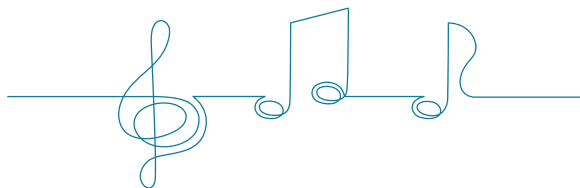
Ste uganili?

To je udarjanje po ulični svetilki, ahm ... kot to sliši ulična svetilka.

Geofon, mikrofون, ki lahko posname zvoke nizkih frekvenc, je bil pritrjen

na ulično svetilko in zdaj lahko slišimo, ja, kar sliši ... ahm ulična svetilka.

Mar ni svet zvoka krasen?



Problemsko učenje študentov v delovno okolje:
gospodarstvo, negospodarstvo in neprofitni sektor v
lokalnem/regionalnem okolju 2024-2027

BOLNIŠNIČNI RADIO - ZVOČNA UMETNOST ZA PRIPRAVO OTROK NA OPERATIVNI POSEG

študentke in študenti

TADEJ GRUM
LINA ERŽEN
LUCIJA TROBEC
KAJA PETROVIČ
TENEJ DAVIDOVIČ
TAŠA TOMIČ EGART
AJDA KOSTEVC
TANJA TURIČNIK
ŽAN LEILER

pedagoška mentorica

DR. LIA KATARINA
KOMPAN ERZAR

vodilna delovna mentorica

DOC. MAG. SAŠKA RAKEF

delovne mentorice in mentorji

BOJANA ŠALIJC PODEŠVA
INGRID MAČUS
SABINA KOGOVŠEK
BLAŽ ŠEF
JULIJ ZORNIK
DR. IVANA KREFT HAUSMEISTER
MANJA ŽUGMAN
URBAN GRUDEN
BOŠTJAN PEROVŠEK

vodja projektne pisarne

DAMJANA KOLIŠEVSKA

urednica

HELENA ŠUKLIJAN

oblikovanje

HELENA ŠUKLIJAN

tisk

DEMAT, D. O. O.
Ljubljana, maj 2025
95 izvodov



Sofinancira
Evropska unija

