

НАЈЛЕПША НОВЕМБАРСКА "РАДОСНИЦА"

ОСМЕХ, МОЛИМ!



НИКОЛА БОЖАНОВИЋ, 4 месеца:
- Тачно знам када ће ме сликати... Осмехнем се у правом тренутку! Волим ја и иначе да се смејем. Поготово када ми је све потаман и како треба. Баш као на овој слицици.

Поштовани читаоци, Одбравамо последње месеце ове календарске године, ево већ смо загазили и у децембар и прави је тренутак да се још једном подсетимо свих фотографија ваших малишана које смо објавили у новембру. Ви већ добро знате да је то и тренутак када треба да узмете оловку у руку и на купону који

објављујемо напишете име и презиме детета за чију фотографију сматрате да је била најлепша у протеклом месецу.

Попуњене купоне донесите у нашу редакцију (Градска кућа, соба број 19) или у Еко службу (приземље Градске куће, улаз из Улице Лазе Костића), **најкасније до среде, 7. децембра, до 12 сати.** Купоне можете по-

слати и поштом на адресу НИП "Сомборске новине" а.д, Трг слободе 1/1, 25000 Сомбор. У наредном броју нашег листа објавићемо победничку фотографију "Радоснице" за новембар, која ће уједно бити и наша једанаеста фотографија у финалном избору за најлепшу фотографију детета за 2011. годину. Срећно свима!



Бранка и Горан Вилхелм Венчани 17. септембра 2011. године



ДАЈАНА ФАРАГО, 3 месеца:
- Изгледа као да телефонирам, али није тако! Још сам мала. Знам да ћу када будем велика, волети да телефонирам. Али до тада треба да растем и растем и да порастем...



Никола Стојановић



Ђуња Милетин



Марко Миланко



Анастасија Фараго



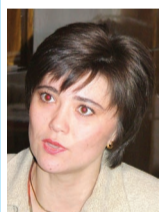
Лука Ракић



Теодора Жмираковић



Урош, Огњен и Коста Огривовић



УМЕЋЕ ЖИВЉЕЊА

Друштво психолога

Питања за психологе:
psihologzbo@gmail.com



Пише:
Меџра Мрђенов, психолог

ГЕШТАЛТ ТЕРАПИЈА (3)

Свесност је један од основних појмова и принципа у Гешталт терапији. Свесност је стање свести, различит од других стања, укључује мишљење и осећања и представља опажање тренутне ситуације. Можемо бити свесни где се налазимо, шта тренутно радимо, о чему разговарамо, звукова око нас, али свесни и шта осећамо и шта желимо за себе. Када смо свесни себе и своје околине, на основу својих потреба ступамо у контакт са околином, бирамо стимулусе из околине и задовољавамо потребе. Што је човек свеснији себе, других људи и свега што се дешава око њега, има више могућности да бира, па самим тим и да се мења.



Када посматрате ову слику можете видети две фигуре – белу вазу или два профила. Када вам је фигура ваза, све остало је позадина. Појмови фигура и позадина објашњавају процес којим људи организују своје опажање – кад је једно слика, друго је позадина. Фигура је оно што је за особу важније, она је јасна и оштро издвојена из позадине.

Позадина је без границе и форме, представља непрестани извор нових фигура. У сваком тренутку оно што је фигура може да се изгуби у позадини, а нешто из позадине да постане фигура.



ЗДРАВЉЕ ЈЕ У МОДИ

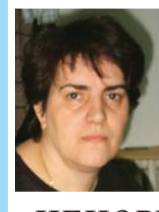
ЦЕНТАР ЗА ПРЕВЕНЦИЈУ

Пише: др Александра Пољевић,
специјалиста за плућне болести



ХРОНИЧНА ОПСТРУКТИВНА БОЛЕСТ ПЛУЋА

Хроничне опструктивне болести плућа (ХОБП), у народу познатије као хронични бронхитис, 1990. године је била на шестом месту као водећи узрок смрти у земљама широм света. Сматра се да ће 2020. бити чак на трећем месту. **Најважнији фактор ризика за ову болест је пушење.** Настанку болести доприноси и живот и рад у аерозагађеној средини (прашина и хемикалије на радном месту, ложење чврстог огрева у кући...), честе инфекције дисајних путева и лош социоекономски статус. Мали број непушача оболева и тада је болест најчешће узрокована наслеђем. **Симптоми болести су дуготрајан кашаљ (обично удружен са искашљавањем), брзо замарање, осећај отежаног дисања и "свирања у грудима".** Дијагноза се поставља уз обавезну спирометрију која је "златни стандард" за дијагностиковање и процену ХОБП. У раним стадијумима даље напредовање болести се може спречити престанком пушења. Ако је болест одмакла, што је чешћи случај, уз примену лекова се може успорити њен ток и побољшати квалитет живота болесника. Основни лекови су у виду различитих препарата за инхалирање тзв. "пумпица" и морају се користити редовно уз надзор и контролне прегледе специјалисте за плућне болести. Циљ је да не дође до даљег погоршања болести јер је тада често неопходно и болничко лечење, а у терапији се мора примењивати и кисеоник. У одмаклој фази болест је удружена и са другим хроничним болестима, што још више доприноси смртности ових болесника. **Најважнији је рад на превенцији ове болести, који, пре свега, подразумева борбу против пушења.**



ЖЕНА - ЖЕНИ

НВО "Женска алтернатива"

Пише: Јадранка Радојчић, психолог



„НЕНОРМАЛНО“ И „НОРМАЛНО“ НА ТРЖИШТУ РАДА (2)

Људи који немају довољно средстава најчешће прибегavaju „раду на црно“. Настојању да се преживи људе пиморави и институционална неефикасност, критично ниска привредна активност, слаб избор послова и могућности за зараду. **И неповерење у институције.**

У складу с овим одржава се и јача „црно тржиште“, важне социокултурне димензије актуелних проблема на тржишту рада су и специфично наслеђе претходног привредног, економског и политичког система, који је омогућио да **доминирају ставови послодавца** и одговарајуће понашање који поштовање прописа сагледавају искључиво као питање односа трошкова и користи. Политички толерисана раширеност „црног тржишта“ и непријављеног рада уз драстичну дискриминацију радних права, упућује на склоност учесника на тржишту рада кршењу свих законских прописа и норми чије непоштовање укључује мали ризик, а доноси велику корист. **Рад „на црно“ можда може изгледати као „нужно зло“ и ублаживач незапослености, али се не може оправдати као алтернатива формалном и легалном раду, нити као амортизер за збрињавање незапослених.** Има веома штетне последице. **Неложална конкуренција послодавца који илегално запошљавају раднике у предузећима која иначе легално послују, има за последицу изостајање пореских прихода, појачавање пореске пресије на легалне послодавце, умањивање прихода у фондovima социјалног и пензијског осигурања, што повећава њихов дефицит.** Увек одражава лошу макроекономску политику и одгајање структурних реформи.

Утицај „рада на црно“ на психолошко здравље људи је изразито неповољан због његове нехуманости.