Pod MARELO

December 2023
Izdaja zavod MARELA, Turnišče

Predstavitev Zavoda MARELA, Turnišče

MARELA – Zavod za izvajanje podpornih storitev za samostojno življenje, Turnišče, ali krajše Zavod MARELA, Turnišče, izvaja pomoč invalidnim osebam in je izvajalec osebne asistence na območju celotne Slovenije. Osebni asistent z Zavodom MARELA, Turnišče, podpiše pogodbo o zaposlitvi, uporabnik pa Dogovor o izvajanju osebne asistence. Izvajanja osebne asistence financira Republika Slovenija, Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Zaposleni v Zavodu MARELA, Turnišče, vam svetujemo pri urejitvi dokumentacije. Poslovne prostore imamo na naslovu Cvijanska ulica 25 A v Turnišču, na spletu pa nas najdete pod www. *zavodmarela.si* .

Za organizacijo skrbi direktorica
mag. Vesna Jerala Zver
T: +386 41 680 141
E: info@zavodmarela.si

Za strokovnost pa strokovna vodja
Nina Stegmüller, mag. psih.
T: +386 41 780 855
E: office@zavodmarela.si

Lepo pozdravljeni uporabniki, zakoniti zastopniki, osebni asistentje, vsi bralci.

Veseli me, da vas lahko pozdravim in hvala, da tudi vi s svojimi prispevki sooblikujete glasilo Pod marelo.
Leto je naokoli in za nami je veliko uspešno opravljenih izzivov.

Izvedli smo številna Usposabljanja po Zakonu o osebni asistenci 23 za uporabnike in njihove zakonite zastopnike ter seveda za vse osebne asistente. Za leto 2024 je pripravljeno novo Usposabljanje po zakonu o osebni asistenci 24, na katerega boste vabljeni vsi člani Zavoda MARELA, Turnišče. Seveda bomo Usposabljanje ZOA 24 delili tudi z novo vključenimi uporabniki in na novo zaposlenimi osebnimi asistenti. Veselim se tega sodelovanja in upam, da bo vsak slušateľj med povedanim našel kaj novega in zanimivega.

V začetku leta 2023 smo uspeli pridobiti zelo pomemben status, tj. status v javnem inetersu na področju socialnega varstva. Skupaj bomo negovali področjen status in ga vsako leto nadgrajevali.

Konec leta smo bili deležni dopolnitve Zakona o evidencah na področju dela in socialne varnosti, kateri od 20. novembra 2023 nalaga tudi zaposlenim v Zavodu MARELA, Turnišče dnevno vpisovanje prisotnosti na delovnem mestu v excelovo tabelo. Le-to ni povezano z dosedanjim potrjevanjem prisotnosti za potrebe Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

V letu 2023 smo svojim zaposlenim predali del znanja Zdravja na delovnem mestu, s temo smo se posvetili rokam, dlanem. Dlani osebnih asistentov so zelo obremenjeni in prav je, da smo si vzeli minuto časa samo za njih. Osebnim asistentom smo ponudili nasvete za pravilno umivanje, razkuževanje rok ter napotke za njihovo nego. Priloženi izdelki pa so nepogrešljivi po napornem delovniku vsakega asistenta.

Konec leta vedno obiščemo naše uporabnike. Skupaj obudimo spomine na preteklo leto in pogledamo v leto pred nami. Popijemo zeliščni čaj in se podamo novim izzivom naproti.

V tem letu smo uspeli pridobiti nove uporabnice in uporabnike, ter jim pomagali do izbora osebnih asistentov, do bolj urejenega življenja. V letu 2024 se bomo morali potruditi še za številčnejše sodelovanje z novimi uporabnicami in uporabniki. Obeta se nam sprejetje novega Zakona o osebni asistenci, kateremu bo zelo verjetno sledil dopolnjen Pravilnik o osebni asistenci. Spremembam bomo skupaj sproti sledili in jih upoštevali pri izvajanju osebne asistence.

Leto pred nami bo polno zakonskih sprememb, večjega sodelovanja in intenzivnejšega delovanja med nami. Hvala vam za pozitivne prispevke, predvsem fotografije in izdelke. Navdihujete me in želim vam pomagati, kolikor je v moji moči. Pa ne pozabite, vsaka sprememba v naših življenjih se najprej začne v glavi z našimi mislimi. Misli nadaljujemo z načrti, ki spremljajo naša dejanja in če se le-ta večkrat ponavljamo, nam to postane navada. Različne navade pa sestavljajo naš značaj. In na osnovi značaja in naših dejanj se izoblikuje usoda. Ja, usodo si krojimo sami :). Naj vam leto 2024 prinese obilo pozitivnih misli, zdravja, veselja in osebnih uspehov.

mag. Vesna Jerala Zver
direktorica Zavoda MARELA, Turnišče

Nagovor strokovne vodje

Osebna asistenca prinaša številne pozitivne učinke in spremembe, ko oba: osebni asistent in uporabnik sodelujeta spoštljivo drug do drugega. Izrednega pomena pa so tudi dobri odnosi s svojci uporabnika in sodelovanje z vodstvom Zavoda MARELA, Turnišče. Za osebno asistenco je značilno individualno delo. Kar pomeni, da osebni asistent sodeluje z enim posameznikom naenkrat in nudi pomoč, ki je odvisna od posameznikovih potreb. Zato so tovrstni delovni odnosi ponavadi bolj tesni. To ima svoje prednosti, saj dobro medsebojno poznavanje omogoča lažje delo in hitrejše reševanje morebitnih nesoglasij. Lažje je razumeti obnašanje druge osebe in se primerneje odzivati na nestrinjanje. Pri osebni asistenci je izrednega pomena medsebojno spoštovanje, ki omogoča primerno komunikacijo tudi ko v odnosu pride do nesoglasij. Takrat je še bolj pomembno, da uporabljamo strpno in razumevajočo se komunikacijo. Na vsakem delovnem mestu pride do izzivov in situacij, ko je potrebno prilagajanje do določene mere. Takrat nam pomaga spoštljiva komunikacija, ki omogoča, da ohranimo dober odnos z drugo osebo in se v odnosu tudi v bodoče dobro počutimo. Mi smo tukaj za vas, ker nam je pomembno, da ste med izvajanjem osebne asistence zadovoljni. Tudi v letu, ki je pred nami se bomo potrudili, da vam ponudimo potrebno podporo in pomoč v Zavodu MARELA, Turnišče.

Nina Stegmüller, magistrica psihologije
Strokovna vodja Zavoda MARELA, Turnišče



T.H.N.

Misli in dela uporabnikov, osebnih asistentov

O zeliščnih čajih

Znanka nam je letos predala znanje uporabe zelišč in doma posušenih zeliščnih čajev. Pozitivne in blagodejne učinke smo opazili že po prvi uporabi. Vsa zelišča nabiramo tam, kjer se ne škropi in ne ob cesti. Najbolje je, če jih posadimo na vrtu, balkonu ali oknu.

Kamilični čaj iz posušenih cvetov uporabljamo predvsem pred spanjem, za sprotitev, pri prehladu, saj pomagajo krepiti imunski sistem. Koristen je tudi pri težavah zaradi mesečnega perila in po nezdravem obroku, ki preveč dvigne krvni sladkor.

Čaj iz listov mete uporabljamo pri bolečinah v želodcu, črevesnih vnetjih in napihnjenosti. Meta dokazano zmanjšuje krče prebavnega trakta, pospešuje izločanje žolča in zmanjšuje želodčno kislino. Deluje protivnetno, protimikrobno, protivirusno in pomirja.

Kopriva je naravni diuretik, obogaten z železom in znižuje krvni sladkor. Čajni pripravek iz korenin koprive lajša in blaži tegobe pri povečani prostati. Koprivin čaj je odlično sredstvo za moč, saj spodbuja apetit, pomaga pa tudi pri preprečevanju občutka utrujenosti. Koprivine liste nabiramo predvsem spomladi in z rokavicami, da nas ne opečejo.

Suhe cvetove ameriškega slamnika uporabljamo pri prehladu, gripi in bolezнih dihal. Najbolje ga je uporabljati za povečanje imunske odpornosti. Na primer pred zimskim časom in ko smo izpostavljeni večjim naporom ter ko smo v stiku z bolnimi ljudmi oziroma ko obstaja verjetnost, da bomo zboleli. Pred uporabo je priporočljivo, da se o tem posvetujete v lekarni ali pri svojem zdravniku.

Lovorjev list je znana začimba, ki jedem daje značilno aromo. Poznamo ga pa tudi kot naravno zdravilo, ki deluje protivnetno in antiseptično. Uporablja se za čiščenje sinusov, lajšanje kašlja, izboljšanje prebave. Izboljša ga tudi delovanje imunskega sistema in zmanjša vnetja v telesu.

Vsa zelišča sušimo v senci, v zračnem prosturu. Vmes jih večkrat premešamo, da se dobro posušijo iz vseh strani. Posušena zelišča lahko shranimo v steklene posode ali pa najbolje kar v papirnate vrečke na primer od kruha. Enkrat mesečno si pripravimo mešanico za čaj. To pomeni, da posušena zelišča zmeljemo (npr. V kavnem mlinčku) in jih dn kuhanja čaja hranimo v papirnati embalaži ali glineni posodi.

M.K., osebna asistentka



I. Š. in V. Š.

Test hoje

Letos sem se z osebn asistentko prvič udeležila preizkusa hoje. S seboj sem imela navadno vodo, brisačo, očala, športno obutev, oblačila in dobro voljo. Na hipodromu me je sprejelo prijazno osebje, ki me je povprašalo o zdravstvenih težavah in počutju. Potek so nam lepo razložili in odgovorili na naša vprašanja. Nato smo počakali na začetek. Hoja je potekala v mojem tempu - bolj počasi, zraven sem se pogovarjala z osebnim asistentom. Bilo je prijetno in lepo. Ko sem prehodila predvideno pot sem bila ponosna, da sem to zmogla in spet nekaj dobrega naredila zase. Dobila sem navodila, kako lahko še v prihodnje bolje čuvam svoje zdravje. Odličn so bili in testa hoje se zagotove še udeležim, verjetno že naslednjo pomlad :).

H.N., uporabnica

Kaj mi pomaga, da sem boljše volje?

- Pogovor z osebnim asistentom.
- Nasmeh druge osebe in da nasmeh, dobro besedo tudi vrnem.
- Kozarec vode z limono.
- Sprehod v naravi, če je mogoče v sončnem vremenu.
- Risanje in barvanje ali izdelovanje zapestnic.
- Topel tuš.
- Delo na vrtu, sajenje ali občudovanje rožic.
- Moja glasba in ples na njo.

I.Š., uporabnica

Schüßlerjeve ali mineralne soli

Pri krepitvi zdravja je najbolje kombinirati klasično medicino z alternativno, kot je uporaba mineralnih snovi. Prevečkrat namreč pozabimo, kako pomembni so minerali v našem telesu. In vseh potrebnih mineralov z današnjo hrano ne moremo vnesti. Pri meni dragi osebi je diagnoza napovedovala drastično in hitro poslabšanje zdravja, vendar smo s kombinacijo različnih terapij in mineralnih solii uspeli potek bolezni zaustaviti oziroma je prišlo celo do izboljšanja zdravja.
Telo sestavlja 12 osnovnih mineralnih soli. Pomanjkanje soli vodi v neravnovesje, kar se najprej lahko kaže kot slabše počutje, dolgoročno pa vodi do resnejših zdravstvenih težav in bolezni. Z namenom vzpostavitve ravnovesja mineralov v celicah in s tem samozdravljenje telesa, je dr. Schüßler zasnoval terapijo, ki temelji na uporabi teh 12 mineralnih soli. Prednosti soli so, da zaradi razredčene oblike zelo hitro in z lahkoto vstopijo v celice, odvečne količine pa se izločijo s pomočjo urinarnega sistema. V celicah uravnavajo količino mineralov in s tem pripomorejo k boljši absorpciji prehranskih dopolnil in njihovem delovanju. Primerne so pri lajšanju simptomov, pred nastankom zdravstvenih težav, za podporo zdravju ter za akutne in kronične težave. Nimajo stranskih učinkov. Uporabljajo jih lahko vsi, celo primerne so za dojenčke, otroke, starostnike, nosečnice, doječe matere, ter tudi za živali in rastline.

A.G.H., svojec uporabnika

Zavod nas vedno pozitivno preseneča

Nekega dne, ko sem prišla od uporabnice, me je doma pričakal paket. V njem sem prejela same koristne stvari od našega izvajalca osebne asistence Zavoda MARELA, Turnišče. Za izboljšanje zdravja rok so v dopisu napisani uporabni nasveti in priloženi izdelki: razkužilo in vlažilni robčki za v torbico, krema za roke in masažni prstan.
Naučila sem se, da je pomembno za roke še posebej skrbeti, saj smo ves čas v stiku s snovmi, ki dražijo kožo. Zato je še posebej pomembno, da roke negujemo. Higieno rok lahko zagotavljamo predvsem s pravilnim in dovolj pogostim razkuževanjem, umivanjem in nego. Pomembno je da izdelki niso agresivni za kožo, in da so primerni naši koži.
Posebej zanimiv se mi je zdel masažni prstan, ker mi pomaga pri zateklih prstih, saj pospeši prekrvavitev. Pomaga mi krepiti imunski sistem in izboljša mojo koncentracijo. Dober pa je tudi za krvni obtok, gibljivost rok in prstov ter zdravje nasploh. Uporaba prstana je preprosta. Sama masažo izvajam med kuhanjem, gledenjem televizije ali drugih opravilih, zvečer pa ga rada uporabljam tudi na prstih na nogi.

V.Š., osebna asistentka



I.I.

Razgibavanje mi omogoča bolj zdravo življenje

Zanimivo je, kako se s časoma vse spremeni. V šoli mi je bilo vedno neprijetno, ko se je bližala ura telovadbe. Zadnja leta pa sem ugotovila, kako mi ravno telovadba pomaga pri boljšem počutju in vzdrževanju zdravja. Z vami zato delim moje trike glede rednega telesnega gibanja:
• Pred izbiro načina telovadbe vedno poslušam svoje telo in upoštevam svoje zdravstvene težave. Na primer: če me boli koleno, ne bom tekla, bom raje hodila ali celo šla na plavanje.
• Izbiram načine gibanja, ki ne obremenjujejo preveč delov telesa. Izbiram športe, kjer so možnosti za poškodbe manjše: sprehodi oziroma hoja, plavanje, razgibavanje posameznih delov telesa kot je joga.
• Vedno si s seboj vzamem vodo ter se zaščitim s pokrivalom, sončnimi očali. Telo namažem z zaščitnim faktorjem pred soncem ter nadležnimi insekti (na primer komarji in klopi).
• Ne pretiravam. Raje se gibam večkrat in grem na krajše razdalje. Na primer: meni ustrezajo krajši sprehodi z vmesnimi počitki, skupaj nekje eno uro.
Naštela sem nekaj osnovnih trikov, zaradi katerih je meni gibanje prijetno. Vse to pa mi je pomagalo, da sem postopoma okrepila svoje mišice in si izboljšala zdravje. Zdravila za pritisk ne potrebujem več v tako visokih dozah :). Sčasoma sem celo med rekreacijo spoznala nove prijatelje in zgodile so se mi same dobre stvari.

T.M., osebna asistentka

Prelepa jesen

Gozdovi so odeti v barvah jeseni, ki je topla, sončna in polni mojo dušo. Vrt bo kmalu izpraznjen. Letošnjo leto sem izbrala suho cvetje, ki me radodarno obdaruje. Ciklus se ponavlja jesen, zima, ... tudi jaz se spreminjam. Rosna leta so odšla, na pragu je mlada jesen. Ja, asistentka sem, ki delo opravljam s srcem in dušo že tretje leto.
Vsak asistent se mora postaviti na uporabnikovo mesto in si reči, tako bi si želel tudi jaz, da me uredi asistent. Tako zmeraj poskusim sama, da vidim kakšen je občutek osebi na drugi strani. Bodi srčen asistent, ne samo nekdo, ki mora nekaj delati.

Življenje je tako minljivo in včasih krivično. Dan začnem z nasmehom, podarim ga tudi tujcu in trudim se da me nasmeh spremlja povsod. S časoma sem ugotovila, da je z nasmehom življenje lažje. Želim ti veliko dobrih trenutkov, začenši z nasmehom :).

A.P., osebna asistentka

Dober spanec

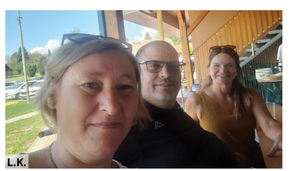
Nekaj časa je moj spanec bil zelo slab. Nisem mogla zaspati. Če pa sem že zadremala, spanec ni trajal dolgo ali pa se sploh nisem spočila. Zato pa čez dan nisem mogla delovati. Ugotovila sem, da je spanec res izrednega pomena za naše zdravje in vsakodnevno delovanje. Zato sem pristopila k aktivnemu reševanju te moje težave in z vami delim moje ugotovitve. Mogoče bodo pa komu pomagale, podobno kot so meni:
• čez dan se vsaj eno uro gibljem na svežem zraku in na soncu,
• za večerjo kopen lažjo hrano,
• pred spanjem pa imam vedno podobno rutino: okrog 20. ure se stuširam, umijem zobe in oblečem spalno srajco. Potem preberem odlomek iz meni ljube knjige, vendar pazim da ne zaspim na kavču. Ko čutim, da se mi drema odidem v posteljo in se prepustim spancu,
• zvečer ne gledam telefona in ne berem novic ali se ne pogovarjam o težjih temah. Če me kaj obremenjuje ali se bojim, da bom kaj pozabila si raje zapišem na list. Naslednji dan to rešujem,
• zvečer razmislim, kaj sem čez dan pozitivnega, dobrega doživela in se vsak večer posebej zahvalim za to darilo.

T.M., osebna asistentka

Tisti popoldan

Tisti spomladanski dan, sem bil še posebej žalosten. Ne vem kaj je bilo drugače. Morda dež ali pa se je nabralo nekaj stvari. Ob 17. uri je prišla osebna asistentka na popoldansko izmeno, vendar mi ni bilo ne za klepet in ne za kartanje, kar sicer rad počnem. Osebna asistentka mi je dala prostor, ki sem ga tisti trenutek potreboval. Čez čas sem ji uspel povedati, da je danes po dolgem času dan, ko se ne počutim najbolje. Sem se pa strinjal z njo, da kljub temu oddideva na sprehod – mogoče pa mi bo svež zrak prijal in dobro del. Po uri popoldanskega sprehoda po gozdu, kjer sva poslušala ptičke kako so si peli ter vonjala zvončke in norice, se je moje počutje izboljšalo. Ta izkušnja mi je dala misliti, da nič ni naroče, če smo kdaj žalostni in slabe volje. Po določenem času pa je koristno, da si dovolimo to premagati in vsakdanjem življenju videti nekaj lepega in pozitivnega. Pri tem pa nam velikokrat pomagajo tudi bližnji oziroma v mojem primeru osebna asistentka.

I.L., uporabnik



L.K.

Čas poletja je čas ko se srečamo s prijatelji na pikniku. Sem zelo hvaležen za osebne asistentke, ki me spremljajo na razne dogodke in sem vesel, da se jih lahko udeležim. Na pikniku se sproščeno pogovarjamo o raznih življenjskih izkušnjah.

L.K., uporabnik

Kaj je osebna asistenca?

Osebna asistenca je izbir storitev za ljudi, ki v vsakdanjem življenju potrebujejo pomoč druge osebe in si s tem zagotovijo neodvisno in bolj kakovostno življenje. Storitve so prilagojene konkretnim potrebam uporabnice ali uporabnika, njenim oziroma njegovim sposobnostim, željam, pričakovanjem in življenjskim razmeram. Osebno asistenco opravljajo osebni asistenti. Izvaja pa jo izvajalec osebne asistence, to je Zavod MARELA, Turnišče.

Katere so storitve osebne asistence?

Storitve osebne asistence so odvisne od potreb uporabnice ali uporabnika in ni nujno, da potrebuje pomoč iz vseh omenjenih sklopov storitev. Sklopi storitev so:

(a) storitve namenjene osebni pomoči:
• pomoč pri oblačenju in slačenju ter zagotavljanju ustrezne telesne temperature,
• pomoč pri uporabi stranišča oziroma pri odvajanju,
• kopanje in pomoč pri umivanju ter vzdrževanju osebne higiene,
• pomoč pri hranjenju in pitju,
• pomoč pri gibanju, posedanju, premeščanju, vstajanju ali nameščanju v ustrezen položaj,
• pomoč pri namestitvi, upravljanju in uporabi ortopedskih in tehničnih pripomočkov, vodenje in pomoč pri orientaciji slepe in gluhoslepe osebe,
• obvezna prisotnost pri uporabniku v primerih največje invalidnosti, ki zajema čas, v katerem osebni asistent ni neposredno angažiran pri katerih od zgoraj opisanih dejavnosti, je pa njegova prisotnost nujna,
• pomoč pri jemanju zdravil in opravljanju drugih dejavnosti v zvezi z zdravjem ter
• druge storitve, namenjene pomoči pri opravljanju opravil, namenjenih osebni pomoči.

(b) Storitve, namenjene pomoči v gospodinjstvu in drugih dnevnih opravilih:
• pomoč pri pripravljanju hrane in kuhanju,
• pomoč pri čiščenju in vzdrževanju bivalnih prostorov (sesanje, pranje perila, likanje, brisanje prahu, čiščenje oken in tal, opravljanje drobnih hišnih opravil idr.),
• pomoč pri oskrbi in negi otroka uporabnika/starša ob njegovi prisotnosti in navodilih,
• pomoč pri urejanju osebne dokumentacije,
• pomoč pri oskrbi hišnih ljubljenčkov,
• pomoč pri vsakodnevnih nakupih in nakupih predmetov trajne rabe ter
• druge storitve, namenjene pomoči pri opravljanju podpornih dnevnih opravil.

(c) Spremstvo:
• vodenje in pomoč pri orientaciji v prostoru,
• vožnja avtomobila (osebno spremstvo in osebni prevoz),
• pri vključevanju v športne, rekreacijsko športne in kulturne dejavnosti,
• pri ohranjevanju zdravja v zdravilišču in na drugih krajih,
• druga pomoč, ki sa nanaša na spremstvo v položajih, kjer uporabnik pri spremstvu potrebuje pomoč ter
• druga pomoč.

(d) Pomoč na delovnem mestu in v izobraževalnem procesu:
• namestitev opreme in pripomočkov ter delovnih in študijskih sredstev,
• pri urejanju in vodenju dokumentacije, branju in pisanju, spremljanje na šolske in izvenšolske dejavnosti ter spremljanje na izobraževanja in druge dejavnosti v okviru izobraževalnega ali delovnega procesa,
• pomoč pri uporabi informacijsko komunikacijske tehnologije,
• druga pomoč, ki se nanaša na delovni proces oziroma izobraževanje.

(e) Pomoč pri komunikaciji:
• pri branju besedil v prilagojenih načinih sporazumevanja (knjig, strokovne literature, časopisov in drugih literature po svojem izboru),
• pri komunikaciji s pomočjo različnih informacijsko komunikacijskih tehnologij na zahtevo uporabnika,
• prenos vseh informacij iz in v okolje na zahtevo uporabnika ter
• tolmačenje in prenos informacij uporabniku na podlagi slikovnega materiala.

Kako do storitve osebne asistence?

Vlogo za pravico do osebne asistence ali komunikacijski dodatek z dokazili potencialni uporabnik ali njegov zakoniti zastopnik vloži na krajevno pristojnem centru za socialno delo.
V Zavodu MARELA iz Turnišča nudimo brezplačno pomoč pri izpolnitvi Vloge za pridobitev osebne asistence in druge dokumentacije. Če potrebujete pomoč, nas pokličite ali pa nam pišite. Veseli vas bomo.

Vir: Zakon o osebni asistenci 21, Pravilnik o osebni asistenci 22

Novosti iz Zakona o evidencah na področju dela in socialne varnosti (ZEPDSV-A)

Namen spremenb je, da se zagotovi čim bolj dejansko vodenje prihoda in odhoda delavca na, iz delovnega mesta. Razvidne so tudi morebitne naknadne spremembe evidenc.
Vodenje evidenc se širi tudi na ostale osebe, ki opravljajo delo za delodajalca (na primer preko podjemne pogodbe, študentske napotnice ali s.p.-ja).
Do konca plačilnega dne delodajalec delavca pisno obvesti o podatkih iz evidenc o izrabi delovnega časa za pretekli mesec.

Vir: Zakon o evidencah na področju dela in socialne varnosti (ZEPDSV-A)

Novosti Zakona o delovnih razmerjih (ZDR-1D)

Namen spremembk zakona je predvsem upoštevanje evropskih direktiv v slovenski zakonodaji.
Dodatne pravice imajo delavci, ki je žrtev nasilja v družini.
Delavec, ki neguje otroka, starega do osem let, zaradi potreb usklajevanja poklicnega in zasebnega življenja, lahko predlaga skliniev nove pogodbe o zaposlitvi za določen čas s krajšim delovnim časom, vendar nuja da delodajalec na to pristane.

Vir: Zakon o delovnih razmerjih (ZDR-1D)



L.H.

Naklada 250 izvodov; termin izdaje december 2023;
glasilo Pod marelo ni naprodaj; oblikoval in natisnil Digifot d.o.o.