



Projekt V odsevu
Društvo študentov medicine Slovenije
Korytkova 2
1000 Ljubljana

Ljubljana, 1. 3. 2021

ZADEVA: Razpis za risarski spletni natečaj ob svetovnem dnevu osveščanja o samopoškodovanju

Spoštovani!

Trenutna situacija, ki nas preizkuša na vseh področjih življenja, je v nas vzbudila najrazličnejša čustva, s katerimi se spoprijemamo na bolj ali manj uspešne načine. Mednje sodi tudi samopoškodovanje, s katerim se je mnogo izmed nas tekom življenja že srečalo, bodisi preko družinskih članov in prijateljev ali v obliki osebne izkušnje. Člani projekta V odsevu, ki deluje v okviru Društva študentov medicine Slovenije, smo se ob letošnjem svetovnem dnevu osveščanja o samopoškodovanju, ki je 1. marca, ponovno odločili spodbuditi razmišljanje in dialog o samopoškodovanju. Ob tej priložnosti razpisujemo:

RISARSKI SPLETNI NATEČAJ

z naslovom

»SAM S SVOJIMI MISLIMI«.

Samopoškodovanje je projiciranje naših negativnih čustev v izvajanje dejanj, ki nam škodijo. Najpogosteje je to povzročanje fizične škode lastnemu telesu. Med manj prepoznana spadajo razna kaznovanja za lastne "neuspehe", kot je zavračanje hrane, namerno prenajedanje, pretirana vadba itd.

Trenutne razmere so v ospredje postavile vpliv izolacije na naše mentalno zdravje. Želimo vas spodbuditi, da razmislite o načinih na katere se spoprijemate z negativnimi čustvi, o navadah, h katerim se zatekate kadar se počutite preobremenjeni, za katere menite, da vam, kljub morebitnem trenutnem olajšanju, škodijo in kako na vse to vpliva samota. Ta dejanja lahko hitro postanejo naš ritual, saj se k njim zatekamo vsakič, ko ne vidimo druge rešitve.

K sodelovanju na natečaju lepo vabimo vse mlade v starostni skupini od 14. do 26. let, ki bodo razdeljeni v tri skupine, za bolj pravično ocenjevanje:

1. osnovne šole (7., 8., 9. razred)
2. srednje šole, študenti
3. mladi zaposleni (do 27 let)

Vabimo vas, da ustvarite umetniško delo, v obliki **risbe s svinčnikom**, ki ponazarja vašo izkušnjo s samopoškodovanjem ali vaše doživljanje izkušnje bližnjega, v času, ko je samoizolacija nekaj normalnega in celo pričakovanega.

Risbo ustvarite ročno, potem pa jo lahko slikate ali skenirate ter oddate v JPG ali PDF obliki. Vsak avtor lahko na razpis prijavi največ **tri izdelke**, ki jih pričakujemo do vključno sobote, **1. maja 2021**.

KAKO ODDAŠ SVOJE IZDELKE?

Izdelke lahko oddaš na dva načina:

- Prvi način: Izdelek objavi na svojem Instagram profilu, dodaj hashtag **#SamSSvojimiMislmi_InReflection**, na koncu pa nas še označi **@in_reflection_**.
- Drugi način: Izdelek lahko posreduješ na zasebno sporočilo s pripisom »Za risarski natečaj V odsevu« na:
 - Instagram projekta *V odsevu* (@in_reflection_) ali gmail projekta *V odsevu* (vodsevu@slomsic.org),

Poleg oddaje izdelka, na spletu izpolni tudi **PRIJAVNICO**, ki jo najdeš na spletni strani: <https://forms.gle/eDwiF2qbsHjt5xem6>. Če prijavnice ne izpolniš, tvojih izdelkov žal ne bomo upoštevali. V prijavnici v ustrezno okence napiši tudi naslov izdelka in opis (150-300 besed) o pomenu motivov risbe in navdihu za njo.

V primeru, da si mlajši od 16 let, izpolni, skeniraj ali slikaj in na elektronski naslov (vodsevu@slomsic.org) posreduj tudi podpisano **izjavo staršev ali skrbnikov**, s katero ti dovoljujejo sodelovati na natečaju. Izjavo lahko najdeš na naši spletni strani: <https://docs.google.com/document/d/1c0IMW1pRvCiWInt6mtcF59r4kXGx6O1qYQSD6QGp0hs/edit?usp=sharing>.

Izdelek bomo nato objavili na našem Instagram profilu s hashtag-om **#SamSSvojimiMislmi_InReflection** ter imenom avtorja. Če želiš, da objavimo tudi tvoj Instagram profil, nam to dodatno napiši v zasebno sporočilo.

Če želiš ostati anonimen, nas o tem obvesti. Kljub temu nam posreduj svoje podatke, da ti bomo lahko poslali morebitno nagrado. Oddani prispevki so tvoja last, z oddajo pa dovoljuješ objavo izdelkov in uporabo v namene promocije natečaja ter aktivnosti projekta *V odsevu* v tiskanih in spletnih medijih.

NAGRADE

Med prispelimi izdelki bo komisija do 7. maja 2021 izbrala 6 najboljših risb, po 2 iz vsake starostne skupine, ki bodo nagrajeni. Nagrade bomo objavljali tekom trajanja natečaja. Nagrajencem jih bomo po razglasitvi posredovali po pošti. Poštino nagrajnega natečaja krije projekt *V odsevu* (Društvo študentov medicine Slovenije).

Za vse dodatne informacije smo dosegljivi na našem elektronskem naslovu vodsevu@slomsic.org oziroma na telefonski številki 031 203 738 (Nina Žunič) ali 051 624 038 (Katarina Ham).

V upanju, da se odločiš z nami deliti svojo kreativnost, mnenja in čustva, se ti že vnaprej najlepše zahvaljujemo in te lepo pozdravljamo,

člani projekta *V odsevu*