



Botrstvo za starejše?

Revščina je v Sloveniji razpredla svoje lepljive lovke med najbolj ranljivi skupini prebivalcev – otroke in starejše. Medije polnijo zgodbe o revščini med starimi, osamljenimi, pozabljenimi od ljudi, države in boga. Marijina pokojnina znaša 360 evrov. Živi v svoji hiši na vasi, nima avtomobila, javni prevoz so ukinili, do trgovine ne more, kosilo ji med tednom vozijo iz doma upokojencev. V soboto in nedeljo se mora znajti sama. Velikokrat je lačna in pozimi jo zebe. Center za socialno delo ji sme skladno z zakonodajo dvakrat v letu dodeliti 292 evrov izredne pomoči, do varstvenega dodatka ni upravičena, ker še ni stara 63 let. Zakon o zakonski zvezi in družinskih razmerjih določa, da je polnoletni otrok dolžan po svojih zmožnostih preživljati svoje starše, če nimajo dovolj sredstev za življenje in si jih ne morejo pridobiti. Obenem tudi, da starši ne smejo otrok brez njihove predhodne privolitve, vednosti in odobritve finančno obremenjevati. Marijin sin, ki ne živi z njo, je brezposeln, s skromno plačo ga preživlja žena. Premnogi starši iz različnih razlogov tudi ne želijo pomoči otrok. Ena od premnogih še bolj žalostnih zgodb ljudi, ki po plačilu položnic nimajo denarja za hrano, plačljiva zdravila, nova očala,

popravilo proteze ... Dokler ni izrednih izdatkov, se upokojenci, varčni in vajeni skromnosti, nekako pretolčejo skozi mesec. Vse več s pomočjo Rdečega križa, Karitas, drugih humanitarnih organizacij in dobrih ljudi. Toda množica revnih bliskovito narašča: ne le upokojenci, med njimi so zaposleni z najnižjimi plačami, delovni invalidi, starejši dolgotrajno brezposelni. Vse bolj revni (številni ne po svoji krivdi) v tem neskončno požrešnem neoliberalističnem svetu, osamljeni, prepuščeni sami sebi, ponižani, osramočeni ... Slovenija je pravna in socialna država, piše v ustavi. Res? Ob vse večjem številu revnih, ki jih generira tudi jalovo krpanje porazne socialne zakonodaje? Ob neverjetni aroganci politikov, ki se starejšim dobrikajo predvsem, ko se bližajo volitve? Da bi imeli urad za starejše, zagovornika človekovih pravic starejših? Da bi se korenito lotili izkoreninjanja revščine? Ja, pa kaj še. Slovenci nenehno dokazujemo svojo solidarnost in vladajoče elite računajo na nas. Čakajo, da uvedemo še botrstvo za starejše in opravimo delo namesto njih. Da si bodo lahko še več zbasali v svoje žepce. Zbudimo se! Uprimo se!

Nevenka Dobljekar



Vsebina

Botrstvo za starejše?	1	V Pomurju veselo in poučno	9
Letni dodatek nespremenjen	2	40 let MPZ DU Tržič.	9
Predlog ključnega zakona zdravstvene reforme	3	Beseda boli bolj kot klofuta	10
Izjava za javnost	4	Recept za dolgo življenje	10
Težave z eNaročanjem v zdravstvu	4	Kinopredstave za upokoјence	11
Se nam obetajo lepši časi?	5	Pomembno obvestilo.	11
Sprejem za predsednike komisij.	5	Vtisi mentorja gledališke delavnice.	12
Kako povečati članstvo v ZDUS	6	Teden ljubiteljske kulture	12
Zanimanje za sobivanje naraščaja	7	Poučno srečanje z osnovnošolci	14
Prostovoljstvo jih bogati.	7	Zdusovci testirali Vulkanland	15
O staranju in zdravju	8	Štirje upokoјenci	14



Letni dodatek nespremenjen

Zakon o izvrševanju proračunov Republike Slovenije za leti 2017 in 2018 ne določa novih višin letnih dodatkov in cenzusa, določa pa novost za uživalce pokojnin, ki poleg pokojnine oziroma nadomestila, ki ga izplačuje zavod, prejema tudi pokojnino, ki jo izplačuje tuj nosilec pokojninskega ali invalidskega zavarovanja. Letos bo letni dodatek izplačan skupaj z izplačilom redne pokojnine za mesec julij, in sicer v štirih različnih zneskih:

- uživalcem pokojnin, ki prejema jo pokojnino v znesku do 414,00 evrov, se letni dodatek izplača v višini 390 evrov;
- uživalcem pokojnin, ki prejema jo pokojnino v znesku od 414,01 evrov do 518,00 evrov, se letni dodatek izplača v višini 250 evrov;
- uživalcem pokojnin, ki prejema jo pokojnino v znesku od 518,01 evrov do 622,00 evrov, se letni dodatek izplača v višini 190 evrov;
- uživalcem pokojnin, ki prejema jo pokojnino v znesku od 622,01 evrov do 750,00 evrov, se letni dodatek izplača v višini 140 evrov;

– uživalcem nadomestil iz drugega in tretjega odstavka 95. člena ZPIZ-2, ki prejema jo nadomestilo v znesku do 622,00 evrov, se letni dodatek izplača v višini 190 evrov;

– uživalcem nadomestil iz drugega in tretjega odstavka 95. člena ZPIZ-2, ki prejema jo nadomestilo v znesku od 622,01 evra do 750,00 evrov, se letni dodatek izplača v višini 140 evrov.

Uživalci pokojnin in nadomestil iz invalidskega zavarovanja, katerih pokojnina oziroma nadomestilo presega 750,00 evrov, letnega dodatka ne bodo prejeli. V znesek pokojnine se upošteva seštevek zneska osebne in dela vdovske pokojnine oziroma seštevek zneskov družinske pokojnine po prvem in drugem roditelju.

Po novem se v znesek pokojnine oziroma nadomestila upošteva tudi znesek pokojnine, prejete od tujega nosilca pokojninskega oziroma invalidskega zavarovanja. Tudi ti bodo letni dodatek prejeli, če skupna vsota vseh pokojnin ne presega 750 evrov.

ZPIZ, ND

Predlog ključnega zakona zdravstvene reforme

Ministrica za zdravje Milojka Kolar Celarc je predstavila predlog zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju. Med drugim omejuje čas prejemanja nadomestila za bolniško odsotnost, ukinja dopolnilno zdravstveno zavarovanje in doplačil za pravice iz obveznega zavarovanja. Prvi politični odzivi so previdni, zavarovalnice so kritične.

Po besedah ministric košarice pravic ne zmanjšujejo, ukinjajo pa doplačila zanje. Pravice iz košarice bodo v celoti krite iz obveznega zdravstvenega zavarovanja. Predlagajo časovno omejitev pravice do denarnega nadomestila v primeru bolniške, in sicer neprekinjeno največ 12 mesecev, s prekinitvami pa v dveh letih največ 18 mesecev. Po preteku roka se zavarovancu, ki se mu ni povrnila delovna sposobnost, začne postopek na ZPIZ. Določajo tudi najnižji in najvišji znesek nadomestila za bolniško odsotnost – najnižji naj bi znašal 80 odstotkov minimalne plače, najvišji pa 2,5-kratnik povprečne plače.

Omejujejo zavarovanje partnerjev. Dopolnilno zdravstveno zavarovanje pa po besedah ministric ukinjajo na način, »da se uvede obvezno zdravstveno nadomestilo, ki se bo plačevalo po solidarnostnem principu«. Osnova za odmero bodo bruto dohodki, pri čemer bodo zavezanci razvrščeni v sedem razredov. »Pri tem bo okoli 80 odstotkov prebivalcev plačevalo manj, kot danes plačujejo za dopolnilno zdravstveno zavarovanje. Oseba, ki bo razvrščena do višine minimalne plače, bo denimo na mesec plačevala 20 evrov, oseba s povprečno plačo pa 27 evrov,« je povedala ministrica.

Po predlogu nameravajo zdajšnjih 11 prispevnih stopenj poenotiti na tri. Pri tem ohranjajo dosedanje prispevni stopnje delojemalcev in delodajalcev, prispevna stopnja za upokojene, ki jo plačuje proračun, pa se bo povišala.

Predlog navaja tudi nekatere storitve in denarne dajatve, ki niso pravica iz tega zavarovanja, npr. estetske operacije, socialne storitve, medicina dela, prometa in športa ter zdraviliško zdravljenje, ki ni nadaljevanje bolnišničnega zdravljenja.

Z vsemi ukrepi zakona bo po besedah ministric v zdravstveno blagajno do leta 2022 prišlo dodatnih 300 milijonov evrov, predlog pa bi lahko šel v javno obravnavo 1. februarja.

Prvi odzivi politike in zavarovalnic

V SD so zadovoljni, da je ministrica z zakonom predlagala progresivno lestvico za plačevanje zdravstvenega zavarovanja. Želijo pa vedeti, kaj je v košarici pravic, je po koalicijskem vrhu v izjavi novinarjem povedal glavni tajnik SD Dejan Levanič. Predlog zakona je sicer po njegovem mnenju korak, ni pa to zdravstvena reforma. Poleg tega je v zakonu še nekaj odprtih vprašanj, je poudaril. Po mnenju vodje poslanske skupine SMC Simone Kustec Lipicer pa zakonski predlog dejansko pomeni zdravstveno reformo, se je pa treba vsebinsko podrobneje seznaniti s celotnim predlogom zakona, ki ima nekaj čez 340 členov. To je poudaril tudi poslanec DeSUS Tomaž Gantar. Po njegovem mnenju pa je dobra uskladitev za postopni prenos vsega tistega, kar ne sodi v blagajno zavoda za zdravstveno zavarovanje, na proračun. Pozdravil je tudi rešitev, po kateri bi glede na sistem neto pokojnin manjkajoči del v zdravstveno blagajno prispeval proračun.

Opozicijske poslanske skupine so bile v odzivih previdne. Medtem ko v ZL pozdravljajo ukinitve dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja, sta poslanec NSi Jernej Vrtovec in evropska poslanka iz vrst SDS Romana Tomc do predlaganih rešitev skeptična. Vrtovec meni, da predlagane rešitve krepijo monopol zdravstvene zavarovalnice in dražijo zdravstvene storitve. Pri ukinitvi do-

polnilnega zdravstvenega zavarovanja gre po njegovi oceni le za nov davek. Tomčeva pa je prepričana, da ključna vprašanja na področju zdravstva še vedno ostajajo odprta. Zaenkrat je vse le na papirju, do realizacije je še zelo daleč, je zapisala.

Zakonski predlog sicer spreminja tudi organe Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS). Po zdajšnji ureditvi ima ZZZS generalnega direktorja, 11-članski upravni odbor in 45-člansko skupščino. Po novem bo imel le generalnega direktorja in devetčlanski svet. Direktorja bo imenoval državni zbor na predlog sveta, imenovanje v. d. direktorja pa bo v pristojnosti vlade. Poleg tega ZZZS po zakonskem predlogu dobiva vlogo aktivnega kupca, s tem pa tudi odgovornost za postavitve minimalnega standarda kakovosti storitev in materiala, zahtevanega pri plačilu zdravstvenih storitev. Obenem ZZZS dobiva tudi stalno nalogo posodabljanja obračunskih modelov in cen. Na ZZZS predloga zakona ne morejo komentirati, ker ga še ne poznajo.

V Zvezi društev upokojenev Slovenije smo pričakovali, da bomo glede na veliko angažiranost (resolucija, manifest) naše Komisije za zdravstveno varstvo in duševno zdravje in Strokovnega sveta, v katerem so priznani strokovnjaki s področja zdravstva, povabljeni k zasnovi zdravstvene zakonodaje. Obžalujemo, da do tega ni prišlo. Predlog Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju bomo proučili, ko bomo prejeli celotno gradivo. V ZDUS bomo v poglobljeno razpravo vključili vse organe in posameznike, da bomo enotno zagovarjali predloge in sodelovali pri usklajevanju novele zakona, preden jo bo sprejel DZ RS.

Veliko spremembo predstavljata ukinitve prostovoljnega dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja in uvedba statusa obveznega zavarovanja v sedmih razredih. Še posebej zato, ker bo večina državljanov in upokojenev glede na prihodke plačevala manj kot doslej. Za nas je izredno pomembno skrajšanje čakalnih dob in da bo košarica storitev v okviru javnega zdravstva neokrnjena, brez doplačila zdravil in pripomočkov.

Janez Sušnik, predsednik ZDUS

V Adriatic Slovenici se bojijo, da predlog sprememb pomeni le odlaganje reševanja pravih težav slovenskega zdravstva, v Vzajemni pa menijo, da je treba najprej poskrbeti za dobro organizacijo zdravstva in jasno opredeliti košarico pravic, ureditev financiranja je šele naslednji korak.

Koalicija je sicer ob predstavitvi pričakovala tudi rešitve za skrajševanje čakalnih dob, ki bodo pripravljene do konca januarja, dolgoročne pa so stvar reforme, je povedal Gantar. Državna sekretarka na ministrstvu Sandra Tušar je na novinarski konferenci dejala, da tudi letos načrtujejo enkratni dodatni program za skrajševanje čakalnih vrst, katerega cilj je doseči, da do konca leta ne bo več pacientov z resnimi obolenji, ki na obravnavo čakajo nedopustno dolgo. Takšnih pacientov je danes več kot 40.000.

V okviru programa bodo v specialističnih ambulantah letos plačani praktično vsi prvi pregledi in vse diagnostične preiskave. Plačati nameravajo tudi dodatne operacijske posege, je povedala. Za izvajanje programa nameravajo zagotoviti 20 milijonov evrov, ki jih bo zagotovil ZZZS, za kar bo razbremenjen plačevanja pripravništev, ki jih bo plačal državni proračun. Kljub tovrstnim programom, ki prinašajo učinke, ni realno pričakovati, da čakalnih dob ne bi bilo.

STA, ND

Izjava za javnost

ZDUS-ov predlog zvišanja pokojnin za 40 let pokojninske dobe – obrazložitev glede ženskih pokojninskih predlogov

Na ZDUS dobivamo številne pripombe, da nismo upoštevali ženskih pokojninskih predlogov za 40-letno pokojninsko dobo brez dokupa in da niso v enakopravnem položaju, a je to mišljenje zmotno. Spremembo Zakona ZPIZ 2 bo vlada poslala v Državni zbor, kjer bo tekla razprava.

Ker je najnižja pokojninska osnova vgrajena v sistem **predvsem** z namenom zagotavljanja večje socialne in materialne varnosti prejemnikov nizkih pokojnin, po zakonu upravičenih do take odmere, **bi bilo utemeljeno pričakovati, da je določena najmanj v tolikšni višini, ki vsaj upravičencem z dopolnjenimi 40 leti pokojninske dobe zagotavlja primerno pokojnino.** V resnici pa ni tako! Starostna pokojnina moškega, odmerjena od najnižje pokojninske osnove za tolikšno dobo, je **celo nižja od cenzusa za dodelitev varstvenega dodatka** po Zakonu o socialno-varstvenih prejemkih. Navedeni prejemek je namenjen osebam, ki si materialne varnosti ne morejo zagotoviti zaradi okoliščin, na katere sami ne morejo vplivati. Cenzus od začetka letošnjega leta znaša **470,76 eur.**

Od 1. januarja 2016 znaša najnižja pokojninska osnova 775,10 eur. Starostna pokojnina, odmerjena od te osnove za 40 let pokojninske dobe, **znaša za moškega 443,74 eur.** Za žensko pa znaša za v letošnjem letu zahtevanih 39 let in 4 mesece pokojninske dobe za pridobitev pravice do te pokojnine (zaradi ugodnejše lestvice za odmero) **498 eur.**

Iz teh razlogov smo začeli postopek in upoštevali spodnji limit za 40-letno pokojninsko dobo brez dokupov pri moških 443 eur, saj so bila odstopanja pri ženskah za 55 eur, t.j. 498 eur, kar ni v skladu z zakonodajo, ki določa, da se po letu 2019 oba spola izenačita. Pri predlogu nismo posegli po zakonskih osnovah v ZPIZ 2 in je predlog sestavni del zakona, ki ne vsebuje spremembe dviga najnižje pokojninske osnove za leto 2016 v višini 775,10 eur. Prikazan bo kot dopolnilo.

Zato pri ženskah ne prihaja do drugačne utemeljitve, saj so že v

letu 2016 dosegle 498 eur za 40-letno pokojninsko osnovo brez dokupa. Za pogled v preteklost smo pri ZPIZ pridobili naslednje podatke:

Ženske, ki so se upokojevale po 35 letih dela, so 5 let manj plačevale v pokojninsko blagajno, 5 let prej so se upokojile in tako 5 let dalj uživale pokojnino. Pred letom 1992 pa ni bilo pogoja starosti pri doseženih 35 letih pokojninske dobe, kar pomeni, da se je lahko ženska, ki je začela delati s 15 leti starosti, upokojila pri starosti 50 let, sedaj pa se lahko pri starosti 57 let (znižanje starostne meje zaradi vstopa v zavarovanje pred 18. letom). Po ZPIZ-92 se je do uvedbe ZPIZ-1 ženska lahko upokojila s 35 leti pokojninske dobe v starosti 53 let. Torej so vprašanja, kdo in kdaj ni bil ali je v enakopravnem položaju ter zakaj, ustavno sporna.

Pred letom 2000 se je pokojninska osnova določila na podlagi 10-letnega, v letu 2017 pa na podlagi 23-letnega povprečja. Tako sta bolj vprašljivi primerjava in enakopravnost med samimi ženskami, ki so se upokojevale pod različnimi pogoji, da bi se 35, 36, 37, 38 let dela enačilo s 40 leti dela (pokojninske dobe brez dokupa) – to bi bilo težko sprejemljivo, še manj pravično in enakopravno.

Od leta 2000 ni več polne pokojnine, ki je obstajala do leta uveljavitve ZPIZ-1, ko je bila za žensko za 35 let pokojninske dobe, za moškega pa za 40 let odmera 85 %.

Utemeljeno smo poslali predlog vladi z naslednjo vsebino:

V zvezi s predlogom ZDUS za dvig pokojnin za 40, 39, 38 in 37 let pokojninske dobe brez dokupa smo v zavodu pripravili izračune o finančnih učinkih tega predloga.

Predlagano bi prišlo v poštev za približno 33.000 upokojeencev, od tega 31.800 starostnih (10.000 žensk) in 1.200 invalidskih. Skupni znesek povečanja je približno 615.000 eur na mesec, kar pomeni na letni ravni približno 7,38 milijona eur.

*Janez Sušnik,
predsednik ZDUS*

Težave z eNaročanjem v zdravstvu

Za 15. januar je bilo predvideno, da bo v celoti zaživel eNaročanje. A ker se nekateri izvajalci zdravstvenih storitev še niso vključili v sistem, bodo zdravniki bolnikom tudi poslej izdajali dve napotnici – elektronsko in papirnato. Izvajalci so sicer imeli čas za vključitev v eNaročanje od 1. decembra 2015.

eNaročanje je zasnovano tako, da se bodo lahko uporabniki oz. bolniki sami elektronsko naročili na zdravstvene storitve. Glavna pridobitev eNaročanja bo, da bodo na enem mestu zbrani izvajalci zdravstvene dejavnosti, ki določeno zdravstveno storitev izvajajo, točne informacije o dejanskih čakalnih dobah, pri čemer bodo podatki osveženi vsako uro, in hitrejši postopek naročanja. Še vedno pa se bodo bolniki, ki nimajo dostopa do spleta, lahko naročili po telefonu in osebno.

Po navedbah Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ), ki je nosilec projekta, bo eNaročanje pacientom omogočilo boljši pregled nad tem, kdo izvaja zdravstvene storitve v celi Sloveniji. Na podlagi prikazanih čakalnih dob in prvih prostih terminov, ki jih bodo sproti osveževali, se bodo lahko pacienti

naročili na termin pri izvajalcu z najkrajšo čakalno dobo. Termin in izvajalca bodo pod določenimi pogoji lahko spremenili, tudi od doma.

Tudi v primeru, da državljani ne bodo imeli eNapotnice, s katero bi se naročili na določeno storitev, bodo lahko preko portala čakalnih dob vsak trenutek preverili prve proste termine pri vseh izvajalcih zdravstvene dejavnosti za vse storitve, ki jih ti izvajajo. Ni pa še jasno, kdaj bo eNaročanje v celoti zaživel – sedaj namreč tisti izvajalci, ki so vključeni v sistem, izdajajo tako elektronsko kot papirnato napotnico.

Zapletlo se je zato, ker se vsi izvajalci še niso uspeli vključiti v sistem do roka. Od vseh izvajalcev, ki ponujajo zdravstvene storitve na bolnišnično-specialistični in terciarni ravni, je bilo namreč konec lanskega leta v sistem eNaročanja vključenih 431 izvajalcev, medtem ko se jih 131 še ni vključilo. Na NIJZ v začetku januarja niso mogli napovedati, kdaj se bodo vsi izvajalci sposobni vključiti v eNaročanje v tolikšni meri, da tiskanje papirne napotnice ne bo več potrebno.

STA, ND

Se nam obetajo **lepši časi?**

Zveza društev upokojencev Slovenije si že dalj časa prizadeva za izboljšanje gmotnega položaja vseh upokojencev. Končno so nekateri organi prisluhnili našim odločnim zahtevam. Upokojenci nenehno opozarjamo, da je pokojnina moškega za 40 let pokojninske dobe brez dokupa (delovne dobe), ki znaša 444 evrov, sramotna. Ta pokojnina je celo nižja, kot znaša socialno varstveni prejemek skupaj z varstvenim dodatkom.

Konec minulega leta so nam koalicijski partnerji in vlada sporočili, da naj bi v letu 2017 (verjetno od julija dalje) povišali najnižjo pokojnino za tiste, ki imajo 40, 39, 38 oziroma 37 let pokojninske dobe brez dokupa. Upamo le, da bodo od besed prešli k dejanjem. Obljubimo že siti, še zlasti tisti upokojenci, ki s skromnimi pokojninami ne morejo čarati od začetka do konca meseca.

Vsem upokojencem naj bi se izboljšal gmotni položaj z uskladitvijo pokojnin, ki jo bomo dobili z izplačilom januarске pokojnine v letu 2017. Sklep o tem, vendarle ugotovitveni, je Svet ZPIZ sprejel 20. 12. 2016. Ker se številni upokojenci hudujete na ZPIZ, češ da nam pokojnine usklajuje s tako nizkim odstotkom, moram pojasniti, da uskladitve v višini 1,15 odstotka ni določil Svet ZPIZ, temveč Državni zbor RS, ki je sprejel Zakon o izvrševanju proračuna za leti 2017 in 2018 (ZIPRS1718). ZPIZ je v finančnem načrtu za leto 2017, ki je bil sprejet decembra 2015 in h kateremu je vlada dala soglasje februarja 2016, predvidel višjo uskladitev, in to v višini 1,40 odstotka. Na seji oktobra 2016 je Svet ZPIZ sprejel sklep in vladi predlagal, da se v prihodnje pokojnine usklajujejo po

sistemskem zakonu, to je po ZPIZ-2. Žal tudi pri omenjeni uskladitvi ne gre za uskladitev po sistemskem zakonu. Predstavniki upokojencev smo tudi na zadnji seji Sveta ZPIZ vztrajali pri tem, da se spoštuje sistemska ureditev, ko gre za tako pomemben institut, kot je usklajevanje pokojnin. Kajti z usklajevanjem pokojnin, kar politika dobro ve, se ohranja vrednost pokojnin. Z vsakim odstopanjem od sistemske ureditve se upokojenci čutimo prizadete v primerjavi z drugimi skupinami, še zlasti, če upoštevamo najnovejše napovedi UMAR-ja glede makroekonomskih izhodišč javnofinančnih gibanj. Predstavniki upokojencev v Svetu ZPIZ si bomo še naprej prizadevali za izredno uskladitev pokojnin v primeru, da bodo izpolnjeni pogoji, ki jih določa ZPIZ-2.

Nemalo smo bili člani Sveta ZPIZ, še zlasti predstavniki upokojencev, presenečeni, ko smo ugotovili, da finančni načrt ZPIZ za leto 2018 ne predvideva nobene uskladitve pokojnin. Ob podpori ostalih članov Sveta ZPIZ smo dosegli, da finančni načrt za leto 2018 ni bil sprejet, in smo odločanje o njem preložili na naslednjo sejo.

Sprašujem se, verjetno tudi vi, ali so politiki prezrli, da je leto 2018 volilno leto, ko se bodo še kako obračali na volilno telo z različnimi obljubami. Naše volilno telo ni skromno, številko poznate. Zato pričakujemo, da bodo tisti, ki bodo odločali o našem gmotnem položaju za leto 2018, postali modrejši, sicer naših glasov ne bodo dobili. Pravno državo moramo braniti vsi, ne le ranljive skupine. Želim nam lepšo prihodnost.

Anka Tominišek

Sprejem za predsednike komisij

Na povabilo predsednika ZDUS Janeza Sušnika, da se v predprazničnem času vodstvo ZDUS sreča s predsedniki komisij iz preteklega mandata in se jim zahvali za opravljeno delo, se je 20. decembra lani odzvala polovica povabljenih, ostali so se opravičili. Predsednik je na srečanju izpostavil tudi njihovo vlogo pri kreiranju politik ter predstavil aktualne in bodoče aktivnosti Zveze društev upokojencev Slovenije za izboljšanje gmotnega položaja upokojencev, na področju zdravstva, sociale ...

Udeleženkam Mariji Miladinovič (socialne zadeve), Dunji Obersnel

Kveder (zdravstveno varstvo), Karolini Vidi Rozman (kadrovske in organizacijske zadeve), Amaliji Šiftar (bivanjski standard) se je pridružila še žena pokojnega predsednika Komisije za šport, rekreacijo in gibalno kulturo Mihaela Majerleta. Sušnik se jim je zahvalil za njihova prizadevanja, vložen trud in čas. V zahvalo jim je podelil Velike plakete ZDUS in jih povabil k nadaljnjemu sodelovanju.

Karolina Vida Rozman je ob zaključku v imenu vseh dejala: »Hvala za pozornost, to je lepa gesta. Komisije opravijo res veliko dela, tudi pri oblikovanju in argumentiranju stališč, in to je delo, vredno pohvale.«



Kako povečati članstvo v ZDUS



V minulem letu sem se udeležil 30 občnih zborov naših društev in glede pridobivanja novih članov prišel do zaključka, da so pri tem uspešna društva, katerih pred-

sedniki uživajo spoštovanje članov, društva, ki imajo kvaliteten program dela, in društva, katerih poverjeniki v vaseh oziroma mestnih četrtih v začetku leta poberejo članarino. Poznam primer, kjer je spoštovana gospa z osebnim pristopom pobrala 100-odstotno članarino v svojem okolišju in pridobila celo 17 novih članov.

Nekateri upokoјenci raznih bank, tovarn, policije ... so ustanovili svojo upokoјensko organizacijo, s pomočjo prispevkov matične baze v svojih programih pa skrbijo samo za zabavni in rekreativni del. Ne zanimajo jih status upokoјencev, sociala, aktivnosti pri spreminjanju zakonodaje itd. To delamo mi, člani ZDUS, zato bi bilo prav, da bi te upokoјence na nek način pridobili v naše vrste, kot je v programu zveze tudi predvideno.

ZDUS smo mi vsi – funkcionarji, člani raznih odborov in predsedniki društev, vsi včlanjeni. Vsi si moramo prizadevati za uspešno delo in z lastnim zgledom prispevati k ugledu ZDUS oziroma posameznega društva. Nekateri naši člani samo kritizirajo, namesto da bi se vprašali, kaj konkretno so tudi sami naredili za izboljšanje stanja na društveni ali republiški ravni.

V zadnjem času je preko elektronskih medijev zaznati nekonstruktivno ocenjevanje dela posameznih aktivnosti v okviru ZDUS, ki ne prispevajo h kakovosti storitev in k dobremu imenu ZDUS kot organizacije. Na ta način zbijamo ugled organizacije kot celote in motiviranost za boljše delo. Vprašanja, ki zadevajo delo naše organizacije, rešujemo v okviru naših organov, ne pred vso slovensko javnostjo.

Organizacija tekmovanj v športu na republiški ravni mora potekati preko PZDU. Ko se organizator direktno povezuje z društvi, ki zastopajo pokrajino, v primeru raznih odpovedi namreč nastane popolna zmeda. Nekatera društva si celo sposojajo tekmovalce med seboj, zato bi moralo biti osnova za tekmovanje dejstvo, da lahko v enem koledarskem letu športnik upokoјenec tekmuje le za eno društvo – za tisto, v katerem je plačal tudi članarino. Član društva upokoјencev je lahko vsak, ki plača članarino in se lahko udeleži izletov, prireditev, družabnih srečanj itd. V športu pa lahko tekmujejo samo tisti člani, ki imajo tudi izkaznico ZPIZ. Ker pa imajo nekateri člani samo neke socialne prejemke, pa naj bi tudi lahko tekmovali, če so stari 60 let (moški) oziroma 58 let (ženske).

Jože Jazbec, predsednik PZDU Dolenjske in Bele krajine

Nov, zanimiv in smeha poln **IZLET ZA UPOKOJENCE**

HOLCERIJA

HUMORISTIČNI ŠOV IN DRUŽENJE NA KOPAH

Nepozaben humoristični šov, v katerem bodo udeleženci spoznali in sodelovali pri starih gozdarskih opravilih s starimi orodji, dogajanje pa povezuje humorist in pravi pohorski holcer.

Vaš gostitelj Holcer Vrlič

Info: holcer.vrljic@kope.si,
02 88 39 850, 041 483 239

PROGRAM
+ MALICA
(POHORSKI LONEC)
9,90 € / osebo

Več lahko izveste
na naši strani
www.holcerija.si,
kjer si oglejte kratek
(2 min) video.



Zanimanje za sobivanje narašča

Projekt HELPS, v katerem smo med drugim spodbujali razvoj alternativnih oblik bivanja starejših, je bil več kot očitno precej uspešen, saj nas tudi še dobro leto po uradnem zaključku projekta kličejo starejši in sprašujejo o oblikah sobivanja starejših, o prilagoditvah stanovanj za varno bivanje itd. V svetovalnici za izboljšanje bivanja smo svetovali preko 400 posameznikom, jim pomagali pri iskanju informacij, nekaterim celo poiskali ustrezno stanovanje ali pomoč na domu, jim pomagali s formularji in vlogami za najemna stanovanja in celo pri urejanju družinskih stisk.

Veliko zanimanja pa je bilo in je še vedno za alternativne oblike bivanja starejših, predvsem sobivanje, ki je v zahodnih deželah že uveljavljena oblika bivanja starejših.

Ker se je v zadnjem letu nabralo precej novih pobud in vprašanj, smo sredi decembra povabili zainteresirane za te oblike bivanja na srečanje v Trubarjevi hiši literature, ki nam je prijazno odstopila prostore. Najprej smo povzeli dosedanje dogajanje in dosežke: udeleženci so z odobravanjem sprejeli informacijo, da smo s strokovnjaki ZDUS dosegli, da je bilo v nacionalni stanovanjski program 2015–2025, ki je bil letos sprejet, vnešeno poglavje **»Primerno bivalno okolje za starejše«**:

»Kot ena primernejših rešitev ... se spodbuja sobivanje starejših oseb v večjih ali skupinskih gospodinjstvih. Primere sobivanja je mogoče iskati tako v priselitvi starejših v stanovanje druge starejše osebe, ki je funkcionalno in lokacijsko primernejše, kot tudi osnivanje bivanjskih skupnosti starejših v za ta namen posebej zgrajenih, prenovljenih ali prilagojenih stanovanjih ...«

V nadaljevanju je upokojenka Olga iz Prekije, ki je s podporo naše svetovalnice že uresničila idejo sobivanja, predstavila svoje zanimive, predvsem pa praktične izkušnje, kako se je tega lotila, tudi iz pravno formalnega vidika, kako poteka in kaj v praksi pomeni sobivanje, katere so prednosti in na kaj je še posebno potrebno paziti.

Gospa Dragica iz Ljubljane je predstavila svojo idejo: je lastnica prostorne hiše z več spalnicami in kopalnicami ter velikimi skupnimi prostori, kar je primerno za zasnovo sobivanja skupnosti treh do štirih oseb in išče somišljenike, s katerimi bo to idejo realizirala.

Gospod Peter iz Davče je predstavil načrt, kako bo večjo hišo, ki je bila do sedaj namenjena turizmu (11 sob s kopalnicami), preoblikoval v gospodinjstvo skupnost za starejše. Svetovali smo mu, kako naj se tega loti, kje naj oglašuje pa tudi, kje so pasti. V svoji nameri je prišel daleč, saj ima že prve resne interese za vselitev.

Ob koncu smo dali besedo Klemnu, mlademu predstavniku stanovanjske zadruga Zadrugator, ki je pojasnil koncept tovrstnih zadrug in zakaj si še posebej želijo medgeneracijsko stanovanjsko zadrugo, kjer bi skupaj živeli in si pomagali predstavniki vseh generacij.

Po predstavitev se je razvnela živahna razprava, udeleženci so si izmenjali kontakte in se dogovarjali za obiske. Tudi novinarka Radia Slovenija je imela precej vprašanj, saj pripravlja posebno oddajo na to temo.

Veseli smo, da smo z našimi aktivnostmi odprli novo temo in sprožili plaz zanimanja. Še naprej si bomo prizadevali, da se bodo pri nas tudi v bodoče razvijale tovrstne oblike bivanja za starejše.

Alenka Ogrin



Prostovoljstvo jih bogati

V Društvu upokojencev Žusterna ne obeležujemo posebej mednarodnega dneva prostovoljcev, seveda pa tudi mi skrbimo za starejše celo leto. Nekje sem prebrala, da je prostovoljstvo kot reka, ki usmerjena v pravo strugo lahko prinaša veliko dobrega.

V okviru programa Starejši za starejše naših šest prostovoljk, dve sta se nam pridružili lani, obiskuje starejše od 69 let. Takih je v naši krajevni skupnosti 561. Pri prvem obisku izpolnimo anketo. Če ne želijo sodelovati, se samo pogovorimo z njimi in jim pustimo telefonske številke, če bi kasneje karkoli rabili. Pri ponovnih obiskih

ponudimo pomoč (prevoz do zdravnika, trgovine in podobno). Tudi kaj malega postorimo ali pa se preprosto družimo z njimi, jim prisluhnemo in jim s tem polepšamo dan. Držimo se tega, kar pravi Rožica Šonc, da je prostovoljec človek, ki je sočloveku pripravljen dati delček sebe.

V preteklem letu smo opravile 269 obiskov. V prednovoletnem času smo osebno voščile petintridesetim krajanom in krajanom, poleg tega smo v nabiralnike raznesle še dvajset voščilnic. To naše poslanstvo nas bogati in nam daje energijo za naprej.

Doroteja Kavčič, koordinatorka DUŽ

O staranju in zdravju

V letu 2016 je Svetovna zdravstvena organizacija (SZO) predstavila javnosti knjigo *Svetovno poročilo o staranju in zdravju*. Kot vsi dokumenti SZO je tudi ta izjemno dober – zanimiv, razumljiv širši javnosti, prinaša nove poglede na dogajanja v svetu in nudi nove izzive v prihodnosti. Narejen je za politike, nudi jim številne informacije in ideje za načrtovanje nacionalnih programov. Vprašanje pa je, če slovenski politiki do tovrstnih dokumentov sploh pridejo. Strokovne pomoči imajo današnji poslanci Državnega zbora dovolj. Ali kdo opozarja te mlade strokovnjake na dokumente, kot je ta, ki ga bom skušala predstaviti? Zelo pomembna vloga nevladnih organizacij povsod po svetu je, da politike na take dokumente opozarjajo, hkrati pa se lahko pri argumentiranju svojih zahtev na te izjemno kakovostne in svetovno priznane dokumente tudi sklicujejo.

V uvodu strokovnjaki SZO navajajo, da lahko prvič v človeški zgodovini večina prebivalstva pričakuje, da bo živela več kot 60 let. Otrok, rojen v Braziliji leta 2015, lahko pričakuje, da bo živel dvajset let dlje kot njegov rojak, ki se je rodil petdeset let prej. V Iranu je bil leta 2015 vsak deseti državljan starejši od 60 let, v 35 letih bo toliko star vsak tretji.

Daljšje življenje je izjemno pomemben vir za družbo. Daje možnost za premislek, kaj je starost in kaj bi lahko bila, pa tudi, kako bomo spremenili celotno življenje, da bomo v starost stopili bolj zdravi in aktivni. Mlajše generacije se še vedno oklepajo stereotipa o starejših kot o onemoglih in od mlajših generacij odvisnih ljudi. Starejši pa se že ozirajo za novimi aktivnostmi, razmišljajo o novih karierah, se izobražujejo in se ukvarjajo s konjički, ki so jih v mlajših letih zanemarjali. Spreminja pa se tudi razmišljanje mlajših generacij: ob pričakovanem podaljšanju preživetja npr. začeti poklicno življenje kasneje in dati prednost otrokom in družini.

Vsa ta načrtovanja so seveda odvisna od zdravja. Če ljudje preživljajo starost zdravi, se njihove aktivnosti ne razlikujejo od aktivnosti mlajših. Če staranje pomeni zmanjšanje fizične in duševne

kondicije, pa so posledice za posameznika in za družbo slabše. Dokazov o tem, da bi bili današnji starejši bolj zdravi kot njihovi predniki v njihovih letih, je zelo malo.

Ni nujno, da je starost povezana s slabim zdravjem. Večina zdravstvenih problemov starejših je povezana s kroničnimi boleznimi. Mnogo teh bolezni lahko z zdravim načinom življenja preprečimo ali pa njihov nastanek podaljšamo v starost. Številne zdravstvene probleme lahko obvladujemo, če jih pravočasno odkrijemo. Podporna okolja pa lahko pomagajo tudi tistim, ki jim zdravje onemogoča aktivnosti, da živijo človeka vredno življenje in se lahko osebnostno krepijo. Žal je svet daleč od teh idealov.

Staranje prebivalstva zato zahteva celovit javnozdravstveni odgovor. Dosedanje razprave o tem, kaj to pomeni, so preozke, podatkov o tem, kaj se da narediti, pa je malo. To ne pomeni, da se ne da narediti nič. Potreba po premikih na tem področju je zelo nujna. Dokument ponuja natančne podatke o tem, kaj vemo o zdravju in staranju, ponuja strateški okvir za aktivnosti na področju zdravja prebivalstva z menijem praktičnih korakov, ki jih lahko priredijo za svojo uporabo države na vseh stopnjah ekonomskega razvoja. Loteva se sprememb v zvezi s staranjem, upoštevajoč celoten življenjski cikel. Glede na posebne pogoje življenja v starosti in premajhno pozornost, ki jo je temu obdobju posvečala družba v preteklosti, se dokument osredotoča na drugo polovico življenja. Dokument ima sedem poglavij:

1. Dodajmo leta življenju
2. Zdravo staranje
3. Zdravje v starosti
4. Zdravstveni sistemi
5. Sistemi dolgotrajne oskrbe
6. K starosti prijaznim družbam
7. Koraki v bodočnosti

V naslednjih številkah glasila ZDUSplus bomo predstavili vsako poglavje posebej.

Mateja Kožuh Novak



V Pomurju veselo in poučno

V organizaciji Pomurske pokrajinske zveze društev upokojencev Murska Sobota (PZDU) je bilo v torek, 15. novembra, vsakoletno srečanje prostovoljk in prostovoljcev programa Starejši za starejše (SzS) iz DU Pomurja. Organizirala ga je predsednica PPZDU Murska Sobota in koordinatorka programa SzS za Pomurje Vijola Bertalanič. V pomursko pokrajinsko zvezo društev upokojencev Murska Sobota je vključenih 36 društev, v programu jih sodeluje 18.

Vsakoletno srečanje je skromna zahvala za delo prostovoljk in prostovoljcev. Lanskega, ki je bilo v Gostilni Pri Studencu v Nedelici, se je udeležilo 137 prostovoljk in drugih vabljenih. Zbrane je najprej v imenu pokrajine in ZDUS pozdravila Vijola Bertalanič, zatem pa še županja Občine Turnišče Vesna Jerala Zver. Pozitivno je ocenila delovanje društev upokojencev, ki je v veliko pomoč lokalni samoupravi prav z različnimi oblikami prostovoljske pomoči.

Predstavljen je bil pomen prostovoljstva med upokojenci s poudarkom na programu Starejši za starejše, v okviru katerega so prostovoljci celo leto obiskovali veliko starejših in jim nudili različne oblike pomoči. Med drugim so jim nudili: druženje, sprehode s starejšimi, prevoze k zdravniku, v trgovino in po drugih opravkih, pomoč pri hišnih opravilih, dostavo hrane in paketov, pomoč pri urejanju drugih, predvsem strokovnih pomoči in podobno. Izpostavljeno je bilo, da v okviru programa pridobivajo vsi, tako prostovoljci kot uporabniki. Prav je, da program širimo tudi v društva, ki sicer svojim članom pomagajo, niso pa vanj vključena.

V nadaljevanju srečanja smo govorili tudi o demenci, za katero oboleva vse več starejših. Zvedeli smo, kako prepoznati demenčnega starejšega, kako pristopiti k njemu, kako mu pomagati in predvsem, kako pomagati svojcem. V razpravo so se vključile koordinatorka za Pomurje Vijola Bertalanič, županja Vesna Jerala Zver in izobraževalka programa Anamarija Vučko. O svojih izkušnjah in

problemih s terena so govorile tudi nekatere prostovoljke, tako da se je o tej vedno bolj aktualni problematiki razvila široka debata. Po pestri razpravi so prostovoljke izrazile zadovoljstvo, ker so dobile potrditev, da na terenu delajo dobro in da so tudi v primerih demence, s katerimi so se srečevale, odreagirale pravilno. Povedale so, da bi morale pristojne institucije za svojce obolelih za demenco pripraviti več predavanj in jim tudi tako pomagati. Prostovoljke so izvedele tudi, katere oblike pomoči je poleg domskega varstva demenčnim starejšim in predvsem njihovim svojcem mogoče nuditi kot občasno pomoč in razbremenitev.

V kulturnem programu je s svojimi pesmimi nastopila Matilda Slavič, upokojenka iz Križevca pri Ljutomeru. Po kosilu se je nadaljevalo druženje ob glasbi in pogovorih o dobri praksi na terenu in ne nazadnje tudi o problemih, s katerimi se srečujejo prostovoljke na terenu.

Vijola Bertalanič, koordinatorka programa SzS za Pomurje



40 let MPZ DU Tržič

Moški pevski zbor DU Tržič je imel 11. novembra 1976 prvo pevsko vajo, 26. novembra 2016 pa je na slavnostnem koncertu obeležil 40-letnico delovanja. Obiskovalci so napolnili dvorano Kulturnega doma Križe, pevci pa oder. Prisotne je nagovorila predsednica DU Tržič Zvonka Pretnar: »Življenje je veselje in žalost, sreča in razočaranje, radost, ljubezen in nostalgija. Vsa ta čustva, prelita v besede in note, so spremljala naše pevce 40 let. Bili so vzponi in padci, a so vedno z vztrajnostjo in ljubeznijo do petja obrnili voz navzgor.«

Slavlencem so se med koncertom pridružile pevke Ženskega pevskega zbora DU Tržič. Pod taktirko Staneta Bitežnika in ob spremljavi Sama Bitežnika je odmeval biserni izbor narodnih, ponarodelih in avtorskih pesmi. Zapeli so kar pet pesmi glasbenika Francija Šarabona, ki je vodil zbor 18 let. Predsednica DU Tržič Zvonka Pretnar se je vsestranskemu skladatelju in aranžerju Franciju Šarabonu zahvalila za bogato in uspešno delo. Velikega aplavza sta bila deležna gosta sopranistka Mateja Langus in basist Tomaž Koder.

Za zavzeto delo zborovodij in pevcev v tem dolgem obdobju delovanja ter za njihovo pomembno vlogo v kulturnem življenju v občini in širše jim je mag. Borut Sajovic podelil Priznanje župana Občine Tržič. Predsednik PZDU Gorenjske Zdravko Malnar je zboru izročil zasluženo zlato plaketo Zveze društev upokojencev Slovenije. Čestital jim je tudi predsednik kulturne komisije PZDU

Janez Šutar, spominsko priznanje jim je poklonil predsednik Zveze kulturnih organizacij Tržič David Ahačič. Priznanje je prejel tudi Milan Krsnik, ki najbolj dolgo prepeva v MPZ DU Tržič.

Ob torti so slavlencem čestitali obiskovalci, zaželeli so jim še veliko nastopov in dobrega zdravja. Pred koncertom je izšla knjižica *Pesem se nikoli ne postara*, pregled 40-letnega uspešnega dela MPZ DU Tržič.

Tanja Ahačič



Beseda boli bolj kot klofuta

Rada bi povedala zgodbo prijazne stare gospe, ki ima zelo neprijeten spomin na bolnišnično oskrbo. Gospa je v svojem življenju veliko pretrpela. Odraščala je kot prvi otrok sedemčlanske družine, ki je na trdi kraški zemlji ostala brez gospodarja – očeta ter prehranila še mlajše brate in sestre. Zelo mlado so jo poslali v svet kot gospodinjsko pomočnico, da bi tako pomagala domačim. Tudi kasneje, ko si je zasnovala svojo družino, ji življenje ni prizanašalo. Trdo delo v tovarni, trije otroci, ogromno bolezni in alkohol.

S starostjo so se povečevale tudi zdravstvene težave. Zaradi zloma kolka in hude osteoporoze je ostala priklenjena na invalidski voziček. Toda življenje ji je naložilo še močnejše zdravstvene preizkušnje – rak, rahla možganska kap. Po možganski kapi je bila dalj časa v bolnišnici, ker so se pridružili še zdravstveni zapleti. Več tednov je bila na intenzivni negi, kjer so se borili za njeno življenje. Čeprav je bilo zelo hudo, ni klonila. Kljub invalidskemu vozičku, ob dejstvu, da ni več mogla sama niti jesti in piti, si je še želela živeti. Živeti, ker se ji ne glede na težke preizkušnje zdi življenje tako lepo. Živeti zaradi vseh tistih, ki jih ima rada in ve, da imajo tudi oni radi njo. Živeti zato, da bi doživela še kakšen lep trenutek, na otroke in vnuke prenesla še kakšne življenjske modrosti in izkušnje. Predvsem bi jim rada povedala, da morajo biti v življenju dobri in pošteni, skromni, nesebični. Postavljati si morajo majhne, a jasne cilje, ki jih bodo razveselili vsakokrat, ko jih bodo dosegli. Postavljanje velikih ciljev je včasih dvorezen meč. Lepo jih je imeti, razočaranje, če jih ne dosežemo, pa boleče. Zdelo se ji je, da jim

je to sporočilo še premalo poudarila. O vsem tem sem premišljevala, ko je bila obdana in prebodena z raznimi cevkami, ki so ji ohranjale življenjske funkcije. Nekako sem začutila, da se ji po kapljicah izboljšuje stanje in s tem tudi vera, da se bo mogoče le izmazala. Neizmerno je bila hvaležna vsem zdravnikom in tudi sestram na intenzivni negi. Resnično so se trudili in ji skušali podaljševati življenje.

Potem so se stvari res obrnile na bolje in bila je premeščena na oddelek, po enem tednu pa naj bi bila odpuščena domov, v dom. Ob odpustu, ko je res izbojevala zelo težko bitko in z njo tudi osebe na intenzivnem oddelku, ji je lečeča zdravnica dejala: »Sedaj ste odpuščeni domov – na čakanje.« Iz izraza na obrazu je razbrala, da to čakanje pomeni čakanje na – smrt. Na obrazu so se ji zalesketale solze, a je vseeno zmogla toliko moči, da je dejala: »Torej je bilo vse to trpljenje in tudi trud vaših kolegov zaman. Zakaj me niste kar pustili umreti in ne bi bilo potrebno po vsem tem sedaj čakati?« Ne vem, če se je zdravnica zavedala, da včasih besede boljijo bolj kot klofuta. Topla, prijazna beseda, mogoče stisk roke te lahko dvigne, neprimerna beseda pa te lahko dotolče. Čakanje, čakanje, čakanje na smrt, samo to mi še ostane, ji je klujuvalo v glavi in stiskalo prsi. Čez nekaj časa pa si je rekla: »Po tako hudi in težki borbi za življenje se ne bom kar tako prepustila malodušju! Čakala bom matildo, vendar se bom še borila za življenje, za vsak dan posebej, za vsak trenutek.«

Prostovoljka programa Starejši za starejše

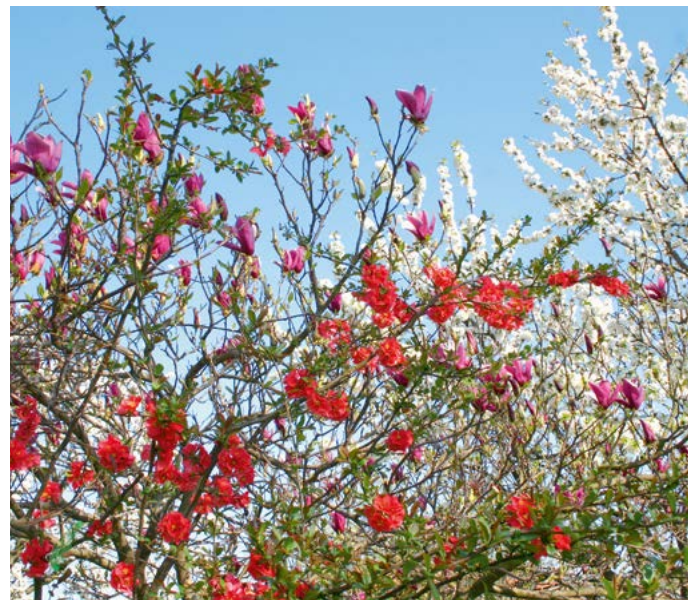
Recept za dolgo življenje

Dopolnila je 83 let. Večinoma živi sama, sedaj k njej pogosteje prihaja sin, ki živi 100 kilometrov stran. Ker človek vedno kaj potrebuje, še posebej starejši in sam, je dobro imeti koga, ki mu zaupa.

Že nekaj let skrbim za drobne, a potrebne stvari: prevoz do zdravnika, dostava zdravil, ko jih zmanjka, za pravilno rabo zdravil, nakup v trgovini, ko česa zmanjka ali pa sina dalj časa ni domov, nasvete ali razlage kakšne pošte ali dokumentov. Vsako jutro znova si oddahnem, ko vidim, da so rolete na njenih oknih dvignjene, kar pomeni, da se je njen delavnik že začel. Vse še postori sama, še več, skrbi za ducat koz, ki so njeno življenje. Po cele dneve jim pripravlja hrano. Za vsako posebej nareže jabolka, nalomi suh kruh, ji da naročje sena ali sveže trave, ki jo nakosi sama.

Pred leti je hudo zbolela. Govorili so celo o raku. Dalj časa je bila v bolnišnici, a si je opomogla takrat in tudi po operaciji kile v lanskem letu. Takrat sva se večkrat vozili k zdravniku in vedno, prav vedno, ko sva se peljali skozi vas, kjer je kot mlada služila, mi je povedala isto zgodbo – kako je morala vsak petek z ročnim vozičkom po prtljago na železniško postajo, oddaljeno štiri kilometre. V poneдельник jutraj, ko so kmetova dekleta potovala v Ljubljano, pa na zapravljišču spet peljati do železnice. Najbrž je bila to huda preizkušnja zanj, saj so nekoč na tej poti videvali tudi volkove. Bila je še trda tema, ko je odhajala na pot, tudi vrniti se je morala hitro in potem vse dni trdo delati za hrano in nekaj obleke.

Med vojno so bili preseljeni v kolonije. Ko so se vrnili domov, niso imeli kam, ker je bil dom požgan. Tako je pot spet vodila od doma, tokrat v delovne brigade, kjer je spoznala moža. Poročila se je in se s štirimi majhnimi otroki prebijala, kakor je vedela in znala. Mož je bil zaradi narave dela veliko z doma. Otroci so odraščali v skromnosti in pomanjkanju. Tudi v zakonu so bile nevšečnosti in brez vsega se je skupaj z otroki podala proti rodni Notranjski. Na različnih koncih so stanovali. Nekoč jim je voda poplavela hišo, da je segala do klopi



ob krušni peči. Po večkratnih selitvah in vseh težavah je družini uspelo kupiti majhno kmetijo. S trdim delom in skromnim prehranjevanjem je življenje pripeljala do te starosti.

S pravilno rabo zdravil, z vsakodnevnim delom in s skromno prehrano, kakršne je bila vajena vse življenje, si podaljšuje življenje. Če bi opisala pot in zgodbe svojega trdega in težkega življenja, bi nastala zajetna knjiga. Nisem je še videla jokati. Sama pravi, da krivice in stiske raje potlači v prsih in se na samem zjoče. Morda je pa to recept za dolgo življenje ...

Prostovoljka SzS

Kinopredstave za upokoјence

V Mestnem kinu Ptuj je jeseni zaživel projekt Filmska čajanka, ki enkrat mesečno v dopoldanskem terminu na posebno filmsko projekcijo povabi upokoјence. Na Filmski čajanki so na sporedu filmi, ki so za zrelo občinstvo zaradi tematike, igralske zasedbe, nostalgije ali kakšnega drugega razloga morda še posebej zanimivi, projekcijam pa sledi še sproščeno druženje ob čaju in piškotih v avli kina, kjer obiskovalci še poklepetajo – o filmu ali pa kar tako. S Filmsko čajanko se ptujski kino pridruži zelo aktualnemu svetovnemu trendu specializirane kinematografske ponudbe za starejše.

Mestni kino Ptuj je najstarejše aktivno kino prizorišče v Sloveniji – letos praznuje 120 let od prve kinopredstave! Kot kino se z bogato zgodovino trudi ohranjati prijetno nostalgično podobo in vzdušje. Kot član slovenske Art kino mreže in ugledne mednarodne mreže kinematografov Europa Cinemas pa svojemu občinstvu ponuja aktualen filmski program, predvajan v najsodobnejši tehnologiji, ter redne zanimive obfilmske dogodke, namenjene najrazličnejšim ciljnim skupinam – od mladih staršev z dojenčki do otrok, mladih, odraslih in starejših.

Upokoјenci so se na Filmsko čajanko odlično odzvali, prve projekcije so bile zelo dobro obiskane, na klepetih ob čaju je slišati same pohvale. Veseli so, pravijo, da mladi pri oblikovanju programa mislijo tudi na starejše.

Ptujski upokoјenci pa niso edini, ki redno dobivajo povabila v kino. Posebne programe za upokoјence izvajajo tudi drugi člani Art kino mreže Slovenije. Ljubljanski Kinodvor že vrsto let organizira Filmska srečanja ob kavi, Mestni kino Metropol v Celju v sodelovanju z Univerzo za tretje življenjsko obdobje upokoјencem ponuja abonma Srebrno platno, v Slovenj Gradcu v sodelovanju z Univerzo za tretje življenjsko obdobje Kulturni dom Slovenj



Gradec izvaja program Kino ob kavi, v Mestnem kinu Domžale je starejšim namenjen Filmski dopoldanski abonma, še številni drugi člani tega združenja slovenskih mestnih kinematografov in prikazovalcev kakovostnega in umetniškega filma pa upokoјencem ponujajo popuste pri nakupu vstopnic in abonmajev. Starejše občinstvo v Evropi in svetu postaja vedno pomembnejša ciljna skupina, med upokoјenci pa je tudi po zaslugi tovrstnih pobud filmskih prikazovalcev vse več filmskih navdušencev.

Mateja Lapuh

Pomembno obvestilo

Vsa društva in kulturne skupine, ki organizirate javne prireditve in pri tem uporabljate glasbo, fonograme/posnetke, obveščamo, da je z letošnjim letom je pričel veljati **Skupni sporazum za določitev višine nadomestil za javno priobčitev fonogramov na prireditvah v organizaciji ljubiteljskih kulturnih društev**. ZDUS ga je v sodelovanju z JSKD in Zvezo kulturnih društev Slovenije sklenil z Zavodom za uveljavljanje pravic izvajalcev in proizvajalcev fonogramov (IPF) decembra 2016.

V nadaljevanju se lahko podrobneje seznanite s sporazumom, izpostavljam pa nekaj ključnih točk, ki vam bodo v pomoč pri razumevanju sporazuma. Seznanitev s sporazumom je pomembna za vsa društva in **vse upokoјenske kulturne skupine, ki ljubiteljsko delujejo v okviru društev upokoјencev**, PZDU in ZDUS in ki **na javnih prireditvah (npr. veselice, proslave, koncerti, plesne prireditve, zabave, martinovanja, sejmi, športne prireditve ...)**, ki jih organizirajo DU, **uporabljajo fonograme**.

Kaj je fonogram? To je vsak **posnetek** zvokov neke izvedbe ali drugih zvokov, razen če gre za posnetek, ki je vključen v avdiovizualno delo. Sporazum velja le za tiste fonograme, ki so bili izdani v komercialne namene ali dani na voljo javnosti na način, ki posameznikom omogoča dostop do njih s kraja in v času, ki ju izberejo sami.

Kaj pomeni javno priobčevanje? To pomeni uporabo glasbe v javnosti: predvajanje glasbe na radiu, televiziji ali prek interneta, uporaba glasbe v klubih, športnih dvoranah, menzah in drugih prostorih, ki so dostopni strankam.

Kaj sporazum pomeni za društva? S tem sporazumom se podobno kot s Skupnim sporazumom, ki ga ima ZDUS s SAZAS, ureja odmera in plačilo nadomestila za javno priobčitev fonogramov na prireditvah, ki se v skladu z veljavno zakonodajo uveljavljajo kolektivno. Ta sporazum ne ureja drugih pravic, ki zahtevajo izrecno dovoljenje imetnikov izvornih pravic.

Če torej društvo organizira prireditev, na kateri nastopa kulturna skupina društva in ta pri svojem npr. plesnem nastopu uporabi **fonogram/posnetek (to ne velja za glasbo v živo)**, je društvo kot organizator dolžno Zavodu za uveljavljanje pravic izvajalcev in proizvajalcev fonogramov **prijaviti prireditev vsaj 3 delovne dni pred prireditvijo (na predpisanem obrazcu)**. Po izvedeni prireditvi pa je nujno najkasneje **v 15 dneh** pisno poročati IPF-ju o uporabljenih fonogramih na predpisanih obrazcih (lahko tudi v elektronski obliki). Obrazce za prijavo prireditve in poročilo o uporabljenih fonogramih najdete na <https://www.ipf.si/obrazci/>. Izpolnjene in podpisane obrazce pošljite na elektronski naslov: **uporabnik@ipf.si** ali na poštni naslov: **IPF, Šmartinska cesta 152, 1000 Ljubljana**.

Zveza društev upokoјencev Slovenije ima z IPF urejene medsebojne obveznosti. Za dodatne informacije se lahko obrnete tudi na Zavod IPF. Uradne ure za vprašanja o prireditvah so vsak delovni ponedeljek, sredo in petek med 10. in 12. uro ter med 13. in 15. uro na tel. **01 52 72 930**, najdete pa jih tudi na spletni strani <https://www.ipf.si/>.

Vtisi mentorja gledališke delavnice

Na povabilo Komisije za kulturo, ki me je seznanila o nameri ZDUS, da preizkusi potrebe članov po dodatnem izobraževanju na področju gledališča, sem pripravil program tridnevne delavnice, ki je potekala med 19. in 21. novembrom v Izoli, in jo je bilo potrebno zasnovati na delavniški način, torej izbrati pristope, ki pritegnejo udeležence k aktivnemu delu in sodelovanju, hkrati pa se v vsebinskem smislu ne oddaljijo od členjenja posameznih faz gledališkega ustvarjanja. Ciljna skupina udeležencev so bili člani več kot 30 dramskih skupin, ki delujejo v okviru DU, torej ljubiteljski gledališki ustvarjalci.

Vsebinsko delavnic je bilo treba prilagoditi razpoložljivemu času, strukturi prijavljenih udeležencev in njihovim izkušnjam, prostorskim, tehničnim in drugim pogojem. V treh dneh smo pogledali tri osnovna področja ustvarjalnega procesa: dramaturgijo, režijo in igro. Izhodišče dela v delavnici je temeljilo na aktivnem delu udeležencev, predvsem v smeri učenja in razvijanja kritičnega odnosa do gledališča, prepoznavanja lastnih potencialov in dvigovanja kriterijev za videnje gledaliških predstav, ob tem pa v smeri utrjevanja ustvarjalne zavesti in energije.

Na delavnici se nas je zbralo 19, kar je dovolj velika skupina za tvorno delo, ki smo si ga zastavili. Število prijavljenih pa je hkrati potrdilo predvidevanja, da so potrebe po tovrstnem izobraževanju precejšnje. Po uvodnem razmišljanju o vlogi gledališča v družbi, razvoju gledališča in njegovi prihodnosti sem udeležence

ce na kratko seznanil s svojim dosedanjim delom in izkušnjami, spraševanju in dosežki. Že na začetku pogovora sem predlagal, da sedimo v ustvarjalnem krogu, da se vsi vidimo in enakopravno sodelujemo, ter sprožil miselni spomin, da je vsak na kratko spregovoril tudi o svojih izkušnjah.

Med udeleženci je bilo nekaj avtorjev, ki so sami napisali besedila za svoje skupine in v njih tudi igrali. Uporabili so krajevni pogovorni jezik in s tem dobili učinek neposrednosti, življenjskosti. Že uvodno spoznavanje je bilo zanimivo in prijetno. Večina udeleženk in udeležencev je prišla na delavnico z bogatimi izkušnjami, dobra tretjina jih je že nastopala ali delala z otroki, le dva sta bila brez izkušenj, vendar z dovolj vneme in želje po znanju.

Po treh dneh je bil cilj delavnice preveriti pripravljenost gledaliških ljubiteljev za dodatno usposabljanje dosežen. Ne le število prijavljenih, ampak zlasti njihova zavzetost, energija in aktivnost so jasen znak, da so tovrstne delavnice potrebne. Razlikujejo se od tistih za mlade in mlajše odrasle, prilagojene so izkušnjam in možnostim upokoencev. Pilotni projekt je pokazal veliko pripravljenost upokoencev za dodatno usposabljanje in željo po takem druženju. Vsebinsko in konceptualno je bila delavnica očitno primerno zastavljena, kar so udeleženci s svojim angažmajem ves čas potrjevali. Smiselno bi bilo v bodoče nadaljevati z isto skupino v nadaljevalni delavnici, kjer bi se lahko osredotočili samo na eno tematiko, na primer delo z igralcem.

Rajko Stupar, univ. dipl. dramski igralec



Teden ljubiteljske kulture



V letu 2017 bo JSKD organiziral že četrti Teden ljubiteljske kulture. Praznik ustvarjalnosti, povezovanja in odprtosti, predvsem pa prikazovanja ljubiteljske kulture, bo letos potekal od 12. do 21. maja, osrednja tema pa bo likovna dejavnost – njen razvoj, raznolikost, dostopnost in uspehi. ZDUS bo v tem času organiziral že uveljavljeno in priznano likovno kolonijo v Izoli, vabimo pa tudi vsa društva upokoencev, da v tem tednu promovirajo svoje kulturne dejavnosti in medse privabijo kakšnega novega člana.

Komisija za kulturo ZDUS kulturne referente in organizatorje dogodkov v društvih v letu 2017 posebej poziva, da ta teden izkoristite za organizacijo pokrajinskih srečanj pevskih zborov. Pričakujemo namreč, da bo Združenje SAZAS ponovilo lansko ugodnost, ko so bili dogodki, organizirani v sklopu tega tedna, oproščeni plačila prispevkov in jih ni bilo potrebno prijavljati na SAZAS. Vljudno vabljeni k sodelovanju.

Komisija za kulturo ZDUS

Oddih v veseli družbi, hotel Delfin*** Izola

S 1.2.2017 svoja vrata ponovno odpira hotel Delfin.
Otvoritev sezone z akcijskimi cenami!

**Majska fešta
2.5.-9.5.2017**

Pridružite se
nam, da skupaj
pozdravimo
letošnje poletje.

**Sedem dni
plesa in
zabave!**

UPOKOJENCI	1.2.-25.2.	26.2.-31.3.	1.4.-22.4.
Polni penzion	44 42 €	46 44 €	48 46 €
Polpenzion	38 36 €	40 38 €	42 40 €

OSTALI GOSTJE

Polni penzion	47 €	49 €	52 €
Polpenzion	41 €	43 €	46 €

Cene so v EUR na osebo na dan. **Doplačila:** enoposteljna soba 11,00 EUR, turistična taksa 1,27 EUR. **Popusti:** Upokojenci, ki so člani društva, kluba in aktiva upokojencev ter člani kluba revije Vzajemnost imajo **10% popusta na penzijske storitve**. Otroški popusti.



*Prvi dan vam podarimo,
bivate 6 noči, plačate 5!*

31.3.-6.4.2017	UPOKOJENCI	OSTALI GOSTJE
6x Polni penzion	286 240 €	309 260 €
6x Polpenzion	250 210 €	273 230 €

Dodatni popusti se izključujejo.


delfin***
HOTEL

T 05 660 74 00
rezervacije@hotel-delfin.si
www.hotel-delfin.si

Poučno srečanje z osnovnošolci



V okviru projekta Mostovi za Evropo smo 19. decembra lani na Osnovni šoli Ljubno ob Savinji izvedli medgeneracijsko srečanje. Po pozdravnem nagovoru ravnatelja šole Rajka Pintarja je spregovoril Niko Purnat, častni član Območnega združenja veteranov vojne za Slovenijo Zadrebčke in Zgornjesavinjske doline (OZVVS), ki je bil v času osamosvojitvene vojne osrednja osebnost koordiniranja in izvajanja vseh aktivnosti upora proti agresorju – Jugoslovanski ljudski armadi (JLA).

Najprej je predstavil družbeno politično ureditev in vojaško organiziranost Jugoslavije v osemdesetih letih prejšnjega stoletja, ko se je začela poglobljati kriza v odnosih med republikami, v Sloveniji pa so se že pojavile težnje po samostojnosti.

Prelomno obdobje v Sloveniji se je pričelo maja 1990 z grožnjo takratne JLA po odvzemu orožja Teritorialni obrambi republike Slovenije (TO). TO za območje doline s sedežem v Mozirju je uspela vse orožje obdržati in ga kasneje skriti na tajnih lokacijah. V Sloveniji je bila to ena redkih uspešnih in hkrati drznih potez odgovornih ljudi s Purnatom na čelu. Skrita in JLA nedostopna je bila tudi vsa dokumentacija o nabornikih.

Slovenija je v letu 1990 pripravljala pravne, politične in diplomatske ukrepe za osamosvojitve ter hkrati organizirala lastne vojaške moči. 26. junija 1991 je bila v Ljubljani slovesnost ob razglasitvi osamosvojitve Slovenije, drugi dan pa je JLA pričela z izhodom

svojih enot iz bližnjih kasarn proti mejnim prehodom in z zavzemanjem strateških točk po Sloveniji z namenom ohraniti obstoječi družbeno politični položaj Jugoslavije. Pripadniki TO so se uspešno uprli tehnično in številčno močnejši armadi in tako se je v Sloveniji pričela 10-dnevna vojna. V Zgornjesavinjski dolini so bili v tem času najpomembnejši dogodki:

- 27. 6. 1991: zavzetje mejnega prehoda z Avstrijo na Pavličevem sedlu,
- 28. 6. 1991: predaja vojakov JLA v karavli Logarske doline in odhod vojakov,
- 28. 6. 1991: pristanek helikopterja JLA na Golteh s slovensko posadko in predaja plovila v roke TO.

Niko Purnat je posebej poudaril dobro sodelovanje civilnega prebivalstva z enotami TO v dolini. Enote TO so sestavljali domačini, tudi stari očetje osnovnošolcev, kot so ugotavljali v razgovoru ob koncu predavanja. Predstavitve so končali v sproščenem pogovoru, pri čemer so bili učenci tudi radovedni. Zanimalo jih je, kakšno oborožitev so imeli osamosvojitelji in kakšna je danes organiziranost veteranov vojne za Slovenijo. Ravnatelj je spomnil, da so po Sloveniji kot simbol osamosvojitvene vojne posajene lipe, ena tudi pred cerkvijo na Ljubnem. Zvedeli so tudi, da je izšel zbornik o dogodkih v času osamosvojitvene vojne v dolini z naslovom »Priče in pričevanja«, tik pred predstavitvijo pa je že drugi del knjige, ki bo izšel kot dopolnitev prve izdaje.

Štirje upokojeenci

V marsikaterem društvu upokojevcev imajo muzikante, tudi v DU Zg. Kungota smo se štirje člani društva lansko jesen odločili, da bomo z glasbo in s petjem popestrili društvene prireditve. Tako smo Ivan (klarinet), Božo (harmonika), Milan (harmonika) in Jurij (kitara) ustanovili ansambel Štirje upokojeenci. Igramo narodno zabavno muziko, pojemo domače pesmi, povabimo pa tudi naše člane, da kakšno skupaj zapojemo. Igramo na naših družabnih srečanjih, na izletih in še kje. Fotografija je bila posneta v Gostišču Siva čaplja v Trnovski vasi, kjer smo imeli martinovanje, igrali pa smo tudi na silvestrovanju v Zg. Kungoti. Člani so nas kar dobro sprejeli. Smo čisti amaterji, zato nam tudi ne smejo zameriti, če ga kaj »pofiksamo«. Igramo brez plačila, vsa oprema za igranje je naša last. To počnemo iz veselja do domače muzike, stroški naših družin pa so nižji, ker ni treba najeti profesionalnih muzikantov.

Jurij Riff



Zdusovci testirali Vulkanland

Cilj mednarodnega projekta DiscOver 55, ki smo ga predstavili v septembrski številki glasila, je oblikovati turistične pakete za starejše zunaj glavne turistične sezone. V njem poleg ZDUS sodelujejo partnerji iz Italije, Avstrije in Finske. Projekt je strokovna skupina pripravila do te mere, da so lahko ponudbo že ocenile prve skupine starejših turistov iz sodelujočih držav. Od 23. do 28. novembra lani je 15-članska slovenska testna skupina obiskala Vulkanland na avstrijskem Štajerskem.

Avstrijski partnerji v projektu so pripravili pester "adventni paket". Skupino je v Mariboru pričakal in jo ves čas vodil Mario Hofer iz turistične agencije Spirit of Regions. Skupina je bila nastanjena v prijetnem družinskem hotelu v Bad Gleichenbergu in se je vsak dan odpravila na raziskovanje dežele na jugovzhodu avstrijske Štajerske, nedaleč od slovensko avstrijske meje. Turistični delavci so blagovno znamko Vulkanland – Štajersko deželo vulkanov, ki so jo skozi 16 milijonov let oblikovali dva večja in 40 manjših vulkanov, zasnovali na naravnih danostih, zgodovini, kulturi, kulinariki, obrti in rekreaciji. Med novodobne tradicije sodijo prižig »zelene adventne luči« v vasi Straden, ki naj bi v predprazničnih dneh upočasnila vsakodnevni hitri ritem življenja, prepoved ali vsaj močno omejena prodaja alkohola na adventnih tržnicah, delavnica izdelovanja adventnih venčkov

v Buschenschanku, sprehod skozi gozd in meditacija s Helgo Kirchengast ter ogled tovarn šunke Vulcano in čokolade Zotter. V ponudbo so vključili tudi kopanje v termalnem zdravilišču Bad Gleichenberg, obisk adventne tržnice v Feldbachu, gradov Kapfenstein in Kronberg ter pred odhodom domov še glasbeni nastop udeležencev na adventni tržnici v Bad Gleichenbergu, zaključek vsakodnevne jutranje glasbene delavnice.

Udeleženci so vsak dan izpolnili vprašalnik, ocenili ponudbo in dodali svoje predloge. Mario Hofer je udeležence prosil, naj bodo v ocenah realni in kritični, saj bodo turističnim delavcem le tako pomagali pripraviti dobro ponudbo za seniorje. Na vprašanje, ali so bila njena pričakovanja izpolnjena, je ena od udeleženk odgovorila, da delno. Najbolj sta ji ugajala obisk Buldog Wirta (zbiralca neverjetnega števila vseh mogočih starin) in tovarne Vulcano, kjer sta jo navdušila profesionalna predstavitelja in vzdušje v skupini. Za ponoven obisk se ne bi odločila, ker je destinacija preveč podobna slovenskemu Prekmurju in ker ni ljubiteljica kopališč. In katere so prednosti in slabosti ponudbe? »Prednost je za tiste seniorje, ki imajo radi termalna kopališča, čeprav jih imamo tudi v Sloveniji dovolj in je verjetno pri nas ceneje. Slabost za slovenske seniorje so zagotovo visoke cene.«

Nevenka Dobljekar



Sofinancirano s programom Evropske unije: COSME

Bralnica Zdus plus priporočja

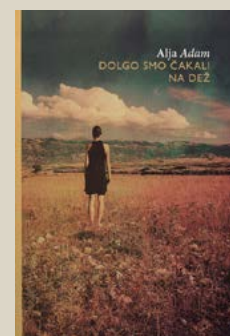
Mojca Kumerdej
Kronosova žetev
roman



Hendrik Groen
Skrivni dnevnik Hendrika Groena,
starega 83 let in 1/4



Alja Adam
Dolgo smo čakali na dež
poezija



Poznate Vzajemnost?

Bralci že 42 let zaupajo
mesečniku za ljudi v
zrelih letih.



Veliko zanimivega
in koristnega branja
po ugodni ceni

- o aktualnih temah
- pokojninah
- življenjskih zgodbah
- zdravju
- hrani, gibanju
- vrtu
- ročnih delih
- reportaže, mali oglasi

Pokličite za brezplačni ogledni
izvod na tel. št.: **01/530 78 44**
ali naročite na spletni strani
www.vzajemnost.si.

Vzajemnost je na voljo le naročnikom.

Naročite
brezplačni
ogledni
izvod

Zavod Vzajemnost,
Dunajska cesta 109, 1000 Ljubljana

