

Revija Zveze društev upokojencev Slovenije

**Rokodelci
množično v Izoli**



**29. Redni zbor
članov ZDUS**

**ZDUS v akcijah
odločanja EU**

**Utripi
pokrajinskih
zvez**

BESEDA VODSTVA ZDUS

Danes pomagam jaz tebi, jutri boš ti meni 3

V ŽARIŠČU

29. redni zbor članov ZDUS 4

Odštevamo 5

MEDNARODNA DEJAVNOST

Prioritete pri mednarodnem sodelovanju v letu 2019 6

KULTURA

Cankarjev bralni maraton 8

»Ta veseli dan kulture« v DU Pivka 8

Rokodelci že šestič na delavnicah v hotelu Delfin 9

Pletenje s »pintovcem« 10

Kakovostno glasbeno staranje (4. nadaljevanje) 10

Za vas smo prebrali 11

UTRIPI V POKRAJINSKIH ZVEZAH 13**Prijavica za nastop na odru sožitja 14****ŠPORT IN REKREACIJA**

Slovenski starodobni smučarji že na smučeh 24

EVROPSKO PISMO 25**AVTO - MOTO NOSTALGIJA**

VELOSOLEX 26

POD ZDUSOVIM ŽAROMETOM

Videčnikova sled, 98 let 28

Prostovoljka sem! 28

VIHARIMO MOŽGANE 29**OBVESTILA 30**

Vse se draži. Meso za 10–15 % v povprečju, mleko za 5 %, sadni napitki za 20–25 %, bencin za 3 %, avtomobilsko zavarovanje za 10 %, cestnina za 15 %, pokojnine pa ... oja, pravijo da bodo šle gor za 2 % v tem letu. Torej takrat, ko se bo v povprečju vse podražilo za 20–25 %. Sicer pa - vsi so dosegli svoje! Zdravniki, učitelji, policisti, sodišča, tožilstvo, vojaki, gasilci, le upokojenci smo odrinjeni od stavekvnih zahtev. Zakaj le? Davek verižne reakcije dvigovanja plač v DSO bo prizadel tudi mnoge med nami. Predvsem tiste, ki so nastajeni v domovih, saj je na januarski položnici že višji znesek, in to za približno 2%. Podražitve torej prehitvejo rast pokojnin na vseh področjih, in če bo šlo tako naprej, bomo kmalu naslavljali nove peticije vladi in političnim strankam. Naj se na ZDUS še tako trudimo in pozivamo Vlado, da končno prislulne razumnemu predlogu ZDUSa o pravični lestvici, ki bi do leta 2022 dvignila odmerni upokojitveni odstotek na 63 %, država dela po svoje. Res? Kaj nismo država mi, državljanji? Kaj niso ti, ki odločajo v našem imenu le naši (od)poslanci v državnem hramu, ki smo jih izvolili zato, da bodo zastopali in zagovarjali naše želje in hotenja? V človeški naravi je, da ko okusi moč, le-te zlepa ne bo več izpustil iz rok. Oklepal se jo bo kot pijanec plota in pri tem počel tudi take neumnosti, da ne bo glasoval za razumen zakon ali tehten predlog zakona, kot bi to sicer storil zaradi svojega osebnega prepričanja, torej moralnega imperativa, pač pa bo glasoval proti, zaradi političnega diktata tega ali onega strankarskega prvaka. In to bo počel tako dolgo, dokler ga strankarska politika ne bo oglodala do kosti svoje lastne identitete, do zadnjega koščka osebnega prepričanja, ko posameznik postane sestavni del kolektivnega odločanja, eden od, in to brez slabe vesti. Zelo sprevrženo je torej vse skupaj, če človek začne razmišljati.

Sicer pa pravijo, da se »visoke politike« ne da razumeti. Res se je ne da. To je približno tako, kot če nekemu, ki ima Alzheimerjevo bolezen, dopoveduješ, da se mu to, kar misli, le dozdeva in da je resnica povsem nekaj drugega.

Črt Kanoni, Odgovorni urednik **ZDUS PLUS, mesečna revija Zveze društev upokojencev Slovenije**. Za izdajatelja Janez Sušnik, predsednik ZDUS. **Odgovorni urednik** Črt Kanoni, telefon: 01/62 05 481 e-pošta: urednistvo@zdus-zveza.si **Naslov uredništva:** ZDUSplus, Kebetova 9 1000 Ljubljana. Telefon: 01/519 50 86 e-pošta: urednistvo@zdus-zveza.si **Uredniški odbor:** Mija Pukl, Vera Pečnik, Slavica Bučan, Mateja Peršuh, Jožef Miklavc in Črt Kanoni **Dopisniki PZDU Celjska:** Milena Brečko Poklič, milena.poklic@gmail.com 041/629 820; **Dolenjska in B. krajina:** Marija Golob 041/370 560 **Gorenjska:** Slavica Bučan 041/347 030 slavica.bucan56@gmail.com **Koroška:** Željko Kljajič 031/387 660 zkljajic.kljajic@gmail.com **Pomurska:** Vijola Bertalanč vijola.ppzdums@gmail.com; **Posavska:** Marija Krušič 051/725 412 makru27@gmail.com; **S. Primorska:** Majda Marinič babicamm@gmail.com **Šaleška:** Jože Miklavc 041/693 369; joze.miklavc@gmail.com; **Zasavje:** Milena Dimec 051 438 236 dimec.milena@gmail.com; **Z. Podravje:** Irena Ferluga; **Tajnica uredništva:** **Karmen Šparovec – Terekov; Lektorica:** Barbara Borko; **Tisk:** Schwarz print d. o. o., Ljubljana; **Fotografije:** Feelimages, T. Krčan, Č. Kanoni, J. Krivec, S. Zalar, Z. Taškar, J. Knafelc, E. Fatur, A. Ovnič, J. Laznik, F. Kikelj, L. Murn, V. Popovič, S. Šoštar, J. Strojjan, J. Rakuša, M.B. Poklič, J. Miklavc. **Naslovnica: Udeleženci rokodelskih delavnic v Izoli. Foto, J. Strojjan. Oblikovanje in priprava za tisk:** NEBIA d. o. o., Nepodpisani članki so last uredništva oz. ZDUS. **Naklada** 3.500 izvodov **Cena** 0,99 EUR **ISSN 2591-0205 Revija ZDUSPlus je vpisana v razvid medijev pri Ministrstvu za kulturo RS pod številko 2192**



<https://www.facebook.com/ZDUS-Zveza-drustev-upokojencev-Slovenije>

ZDUSplus

Zveza društev upokojencev Slovenije

Danes pomagam jaz tebi, jutri boš ti meni



Krepko smo načeli leto 2019, a še vedno se spominjamo veselega decembra, tisočerih lučk, ker pa sem Savinjšanka, bom še posebej izpostavila Savinjski gaj: bilo je čudovito, čeprav je pihalo, čarobnost pa je bila ustvarjena iz milijona in dvesto tisoč lučk v vseh mavričnih in elegantnih belih barvah. Zapomnite si, da pridete pogledat prihodnje leto, verjemite, ne bo vam žal; pričakovanje novega leta bo lepše! Konec meseca decembra sem prebrala, da je svetovna študija pokazala, da je osamljenih in zelo osamljenih kar 40 % mladih, starih od 16 do 24 let, med starejšimi od 75 let pa je bilo osamljenih 27 %. Le kaj nam to pokaže? Ali so mogoče statistično obdelali upokoјence z višjimi pokojninami, ali pa je res, da pri našem, dobesedno ponorelem svetu, veliko mladih ostaja samih s svojimi težavami, saj vemo, da jim nudimo materialne dobrine, le kje pa so tiste tople, domače besede, ki osamljeni duši toliko pomenijo in se glasijo: radi te imamo, tukaj smo, ko se želiš z nami pogovoriti ... imam čas, povej kaj te teži, saj se mi ne mudi ... in tu pomagajmo tudi mi, babice in dedki. Mi, ki smo v »najlepših letih«, ne smemo biti dolgočaseni, saj smo ljudje govorice in ne želimo biti sami. **In če se to le ne obnese, so tu naši zlati prostovoljci z besedami, ki veliko pomenijo: »danes pomagam jaz tebi, jutri boš ti meni«.** S temi besedami vabimo vse, ki še niste vključeni v program Starejši za starejše, da se nam pridružite. Preberite sestavek naše strokovne sodelavke Sabine! In kaj nas je jezilo? Verjetno ste slišali, kolikokrat je bilo objavljeno po sredstvih javnega obveščanja, tam nekje 28. 12. 2018, da se moramo veseliti, da je nam je namenjena vesela vest, da smo že dobili pokojnino. Dobro vemo, kako velik je odstotek upokoјencev, ki imajo le za skromno preživetje in zakaj bi bili tako veseli? Veselje bi bilo veliko, če bi končno dobili zaostanek, ki nam ga je vzela recesija, da bi naša vlada upoštevala sprejeto zakonodajo, saj bi nam s tem povrnili samospoštovanje, da bi končno bili slišani, da se dvigne pokojninska osnova za prihajajoče upokoјence, da se doreče možnost dela upokoјencev brez zmanjšanja pokojnine, da bi se pri vdovskih pokojninah zgedovali po razvitejših članicah ... toliko je še tega, toda počakajmo, mogoče pa bodo novi ministri prisluhnili in ukrepali, saj se plače dvigujejo povsod, cene naraščajo ... mi pa smo še vedno večkrat nevidni in mogoče nas bodo le zagledali. Le kaj nam bodo prinesli pilotni projekti na osnovi predlaganega Zakona o dolgotrajni oskrbi? Če bodo »piloti« potekali tako dolgo, kot poteka priprava zakona, ga naša generacija ne bo več potrebovala. Mogoče ste gledali zadnjič oddajo o starejših na POP TV – kar mrzilo me je, saj sem videla le to, da so bili vsi tisti prikazi »aktivnosti in zaposlitve« starejših narejeni tako, kot da je naša povprečna pokojnina vsaj 1000 EUR. Upajmo, da bodo kdaj posneli, kako se lahko zaposlijo ljudje s pokojnino, kot je pri nas. Na začetku sem omenila, da smo že dobro zakorakali v novo leto, da si želimo zdravja. Pred nami je veliko nalog in nikakor ne bomo imeli časa, da bi razmišljali negativno, temveč naj bo naše gledanje v prihajajoče dni in mesece vedro, saj nas čakajo kar visoko začrtani cilji in izzivi, namreč pred nami so Dnevi medgeneracijskega sožitja, ki bodo potekali od 14. do 16. maja, v maju so volitve v Evropski parlament in nato čez en mesec, v juniju, volitve funkcionarjev in organov v Zvezo društev upokoјencev Slovenije za mandatno obdobje 2019–2023. To pa bo gradivo za naslednje številke.

Vera Pečnik,
podpredsednica ZDUS

29. redni zbor članov ZDUS



Udeleženci Zbora, spredaj Janez Sušnik, predsednik ZDUS in Vera Pečnik, podpredsednica ZDUS

V torek, 18. decembra, je v veliki sejni dvorani ZPIZ v Ljubljani potekal redni zbor članov ZDUS, ki ga je z uvodnim nagovorom odprl predsednik ZDUS, Janez Sušnik. Po nekaj uvodnih besedah je pozdravil člane zbora in oba prisotna častna člana ZDUS ter pozval verifikacijsko komisijo, da pristopi k preverbi udeležbe. Predlagal je izvolitev delovnega predsedstva v sestavi: predsednica Vijola Bertalanič, član Anton Benko in drugi član, Željko Kljajič, ki so bili z dvigom rok potrjeni in zbor je lahko pričel z delom.

Predsednica delovnega predsedstva se je v imenu predsedstva zahvalila za izvolitev in predlagala sprejem dnevnega reda zbora, ki so ga delegati in vabljeni prejeli ob sklicu zbora ter predlagala glasovanje z dvigom rok za vse točke dnevnega reda. Sledila je izvolitev verifikacijske komisije v sestavi Edi Sever, Ana Bilbija in Zoran Rink, za zapisnikarja je bila potrjena Nika Antolašič, za overovatelja pa Jožica Sušin in Vlado Rančigaj.

Predsednica delovnega predsedstva je nato predlagala razpravo o sprejemu poslovnika 29. rednega zbora, ki so ga člani prejeli kot prilogo k vabilu, nato pa je pozvala k razpravi predsednika Upravnega odbora Vzajemnega posmrtninskega sklada Janeza Malovrha, da predstavi predlog sklepov Zbora članov VPS in vnela se je precej burna razprava o tem, ali

VPS sploh še potrebujemo zaradi finančne nevezdržnosti, na katero že nekaj časa opozarja predsednik ZDUS. Temu je pritrčila tudi Malči Žitnik, ki je sodelovala v razpravi in zbrane spomnila, da je predsednik že ob nastopu svojega mandata opozarjal na podhranjenost finančnih sredstev, kar naj bi slej ko prej pripeljalo do finančnega

Vnela se je precej burna razprava o tem, ali VPS sploh še potrebujemo zaradi finančne nevezdržnosti, na katero že nekaj časa opozarja predsednik ZDUS. Temu je pritrčila tudi Malči Žitnik, ki je sodelovala v razpravi in zbrane spomnila, da je predsednik že ob nastopu svojega mandata opozarjal na podhranjenost finančnih sredstev, kar naj bi slej ko prej pripeljalo do finančnega kolapsa sklada.

kolapsa sklada. V razpravi so sodelovali še Janez Gologranc, Alojz Vitežnik, Anka Tomišek in Jože Žnidarič. Po razpravi je bil sprejet sklep, da VPS deluje še naprej pod Malovrhovim vodstvom, da se ne ukine, članarina naj znaša 12 EUR od tega manipulativni stroški 0,35 EUR, posmrtnina

pa 180 EUR. Vijola Bertalanič je v nadaljevanju pozvala podpredsednico ZDUS Mijo Pukl, ki je pristopila za govornico in dejala: »Z današnjim dnevom nepreklicno odstopam z mesta podpredsednice ZDUS ...« in predsedniku Sušniku očitala vrsto kršitev statutarno pravnih postopkov ter dodala, da v takem vzdušju ne more več opravljati svojega dela. Predsednik Sušnik se je na njeno odstopno izjavo odzval z besedami, da niti čas niti kraj nista primerna za polemiziranje o takih obtožbah. Zbor je njeno odstopno izjavo enoglasno sprejel brez glasu proti.

V nadaljevanju je predsednik ZDUS predstavil finančni načrt za leto 2019 in informacijo o pripravah na 1. prireditve z naslovom Dnevi medgeneracijskega sožitja, ki bo potekala na ljubljanskem GR od 14. do 16. maja 2019. Kot je predsednik že večkrat omenil, je bilo veliko slabe volje na prireditve f3žo, kjer se je ZDUS znašel v podrejenem položaju, namesto v partnerskem odnosu z glavnim organizatorjem. Dejal je, da vse aktivnosti potekajo v skladu s terminskim načrtom, da so že imenovane skupine, ki bodo bdele nad programsko vsebino dogodka in da aktivnosti potekajo tedensko. Ob koncu so bili podeljeni še pokali Državnih športnih iger ZDUS za leto 2018 in sicer je 1. mesto zasedla Šaleška PZDU, drugega PZDU Celje, tretje mesto pa PZDU Dolenjske in Bele krajine.

Besedilo in foto, Toni Krčan

Odštevamo . . .

Ja, odštevamo! Priprave na prve dneve medgeneracijskega sožitja so v polnem zamahu in tudi v naši reviji ves čas pišemo o aktivnostih v povezavi s tem dogodkom. Sredi decembra je na prizorišču, na GR v Ljubljani, potekala 1. seja organizacijskega odbora, ki jo je vodil predsednik ZDUS Janez Sušnik, ki je uvodoma pozdravil prisotne in se zahvalil za udeležbo v predprazničnem času, pri čemer je opravičil nekatere vabljenе, s katerimi bodo potekala posebna srečanja.

Prisotne je seznanil, da je 18. 12. 2018 potekal Zbor članov ZDUS, ki je soglasno podprl projekt Dnevi medgeneracijskega sožitja. ZDUS skupaj z Gospodarskim razstaviščem stopa v ospredje v vlogi organizatorja, dogodek pa vsebinsko snuje strateški partner, Medgeneracijska koalicija Slovenije (MeKoS), ki jo sestavljajo Mladinski svet Slovenije, Študentska organizacija Slovenije, Dijaška organizacija Slovenije in ZDUS. V nadaljevanju je predsednik na kratko pojasnil razloge za odstop ZDUS od neposrednega sodelovanja na Festivalu za tretje življenjsko obdobje, ter dejal, da je ZDUS prisluhnil odzivom članstva s terena ter da je dolžan spoštovati sklepe Upravnega odbora in Zbora članov ZDUS. Krovna organizacija si od partnerstva MeKoS obeta kakovostnejši strokovni program, ki bo tematsko medgeneracijsko zasnovan in bo s soočenjem skupne pro-

blematike odraz sožitja generacij v družbi. V nadaljevanju je Dijana Lukić (ZDUS) na kratko predstavila sam program, nato pa izpostavila reference in izkušnje ZDUS s področja medgeneracijskega sodelovanja, ki jih je zveza pridobila v več kot desetletnem izvajanju evropskih projektov s področja vseživljenjskega učenja, ljubiteljske kulture ter aktivnega in zdravega staranja, nadgradila pa s pobudami za ustanovitev prve medgeneracijske koalicije v Sloveniji (MeKoS) in seniorskega koordinacijskega odbora Slovenije SeKoS. Na državni ravni ima ZDUS kot predstavnica nevladne organizacije članstvo v Svetu Vlade RS za aktivno staranje in medgeneracijsko sodelovanje. Ne gre pa pozabiti, da je v Sloveniji 505 društev upokojencev, ki se v lokalnih okoljih v najrazličnejših programih in aktivnostih povezujejo z osnovnimi šolami in drugimi. Špela Terpin (GR), direktorica strateškega trženja, je predstavila Gospodarsko razstavišče, družbo za organizacijo tako domačih kot mednarodnih sejmov, razstav, konferenc, kongresov in drugih korporativnih dogodkov. Ponašajo se z moderno funkcionalno arhitekturno ureditvijo, ki na skupni površini več kot 20.000 m² nudi prostorske kapacitete za organizacijo najrazličnejših dogodkov, posebej pa so ponosni na odprto dvorišče. Prednost za obiskovalce je izjemna povezanost z javnim prevozom ter dostopnost dvoran GR, ki se nahajajo v nivoju

etaže, nezanemarljivo pa je tudi, da so številne zaščitena arhitekturna dediščina. Nadalje je Špela Terpin predstavila prostorske zmogljivosti posameznih večnamenskih dvoran ter pri posamezni predlagala možnosti izvedbe programa.

Prednost za obiskovalce je izjemna povezanost z javnim prevozom ter dostopnost dvoran GR, ki se nahajajo v nivoju etaže, nezanemarljivo pa je tudi, da so številne zaščitena arhitekturna dediščina.

Na seji so bili prisotni še predstavniki sodelujočih institucij na področju strokovnih vsebin in sicer Agencije RS za varnost prometa, Inštituta Antona Trstenjaka, Konzorcija rokodelskih centrov Slovenije, Mladinskega sveta Slovenije, Nepremičninskega sklada pokojninskega in invalidskega zavarovanja, Sindikata upokojencev Slovenije, Sinteze – Koalicije civilne družbe za prenavo, Skupnosti socialnih zavodov Slovenije, Slovenske univerze za tretje življenjsko obdobje, Spominčice - Alzheimer Slovenija in Študentske organizacije Slovenije.

Anton I. Krč, foto GR



Prioritete pri mednarodnem sodelovanju v letu 2019

V letošnjem letu bomo soočeni s povečanim zanimanjem mednarodnih nevladnih organizacij (v nadaljevanju MNO), kjer smo člani ali redno sodelujemo v določenih programih¹, kar pomeni pričakovanje, da bo ZDUS aktivno sodeloval v skupnih akcijah ter pri oblikovanju mnenj in stališč do dokumentov in obravnavanih tem v njihovih organih ter v organih odločanja v EU in širše.

Preko delovanja mednarodnih organizacij krepimo skupno moč civilne družbe in krepimo svoj vpliv oz. možnosti naše zveze in vanjo vključenih upokojencev, na nosilce odločanja, s ciljem preprečevanja sprejemanja slabih rešitev, izboljšanja položaja in širjenja priložnosti za starejše in tudi druge prebivalce.

Interes in pričakovanja v mednarodnem prostoru ne zadevajo le naše zveze

več organizacij starejših in njihovih zvez na nacionalnih ravneh, da bi povečal vpliv in dosegel širšo podporo držav, posebej EU, pri oblikovanju in bodočemu sprejemanju tega mednarodnega dokumenta.

Pomembna preokupacija bodo volitve v EP⁵, ki bodo zaposloval predvsem vodstvo in sekretariat organizacije po opravljeni sestavi parlamenta in EK z navezavo stikov, razlagami vloge AGE ob demografskih gibanjih, predstavljanjem programov in ciljev delovanja, po pričakovanjih tudi z utemeljevanjem potrebe po socialni podobi EU ter s prizadevanji za vpliv na organizacijo ustreznih delovnih teles v EP. Gradivo z vsebinami za informiranje političnih strank in poslanskih kandidatov/k je bilo naslovnikom posredovano že konec 2018 z Manifestom, osnutek le-tega smo objavili tudi v naši reviji. Naša naloga se bo osredotočala bolj na afirma-



sko osebno pokojnino ...). V središču pozornosti tudi v letu 2019 ostaja: boj za višino pokojnin, ki preprečuje širjenje revščine in socialne izključenosti, skrb za zdravje, zaposlovanje in vseživljenjsko učenje, dolgotrajna oskrba, pogoji bivanja in starosti prijazno okolje ter digitalizacija. Poleg vključenosti v izvajanje skupnih programov, bomo delovanje AGE platform spremljali z udeležbo na zasedanju Upravnega sveta 11. in 12. aprila ter 16. in 17. oktobra ter na Generalni skupščini od 12. do 14. junija 2019.

Naše dosedanje delovanje in stališča, ki smo jih jasno zastopali, so ZDUS postavila dokaj visoko na lestvici članic nacionalnega nivoja v AGE platform, ki nas v ocenjevanju uspešnosti pri prispevkih za OEWGA postavlja ob bok angleški organizacij starejših in nemški zvezi upokojencev BAGSO. V okviru 13-ih pri OEWGA akreditiranih MNO, članic AGE, imata ti dve največji vpliv na širjenje podpore konvenciji ZN v svojem okolju.⁶

Tu ne smemo pozabiti, da se je v preteklih letih za konvencijo zavzela tudi vlada RS oziroma minister za zunanje zadeve, kar je v krogih MNO ocenjeno kot izjemno pomembna pomoč pri pridobivanju drugih držav EU za podporo konvenciji. Čeprav je ta proces dolgoročen in rezultate lahko pričakujemo šele čez določen čas, pa postopki redno potekajo in zahtevajo kontinuirano vključevanje v aktualne teme, ki so v razpravi.

Letos bo zasedanje OEWGA že v aprilu, tako da smo sredi priprave odgovorov na vprašalnike, ki so jih posredovali z AGE za olajšanje dela nevladnih organizacij pri pripravi vhodnih podatkov in informacij za nastop AGE v New Yorku.⁷ Izvedba te naloge nam bo olajšala delo v okviru ADA pobude, ker bomo svoje prispevke na temo konvencije, tako kot vsako leto,

AGE bo okrepil monitoring v članicah preko AGE barometra, v katerem smo sodelovali tudi v letu 2018. Za letošnjo akcijo bomo vprašalnik dobili v aprilu, tako da je obširnejši prikaz stanja v državi, obstoječih izzivov za starejšo populacijo in primerjave s podatki Eurostat-a tik »pred vrati«.

ampak tudi politiko in ravnanje države Slovenije v smislu nadaljnega uresničevanja zavez iz sprejetih dokumentov EU, Sveta Evrope, Ministrskih konferenc iz Madrida in Lizbone ter nadaljnjo podporo procesu priprav na konvencijo o zaščiti človekovih pravic starejših, ki se odvija v okviru Odprte delovne skupine za staranje ZN (v nadaljevanju OEWGA).

AGE platform Europe se je intenzivno vključila v razprave in kampanje za odpravljanje straomrznitva in za zaščito človekovih pravic starejših. Boj proti staromrznitvu, skupaj z drugimi organizacijami in pobudami, posebej WHO², naj bi nadgradil lanskoletno akcijo »Enakost v staranju«, upošteval pa tudi rezultate raziskav, opravljenih v zadnjih štirih letih v 35 državah s strani 200 raziskovalcev, in predstavljenih na COST³ strokovni konferenci 26. oktobra 2018.⁴

Močnejše se bo angažiral na temah OEWGA, k čemur poskuša pritegniti čim

cijo udeležbe na volitvah in seznanjanje naših kandidatov/k z Manifestom AGE in Memorandumom ZDUS 2018.

AGE bo okrepil monitoring v članicah preko AGE barometra, v katerem smo sodelovali tudi v letu 2018. Za letošnjo akcijo bomo vprašalnik dobili v aprilu, tako da je obširnejši prikaz stanja v državi, obstoječih izzivov za starejšo populacijo in primerjave s podatki Eurostat-a tik »pred vrati«. Interno anketo o uspešnosti svojega delovanja v 2018 pa izvaja že v februarju. V prioritetah ne smemo mimo ocene Evropskega semestra v sklopu evropske zakonodaje in iniciativ, kjer AGE ocenjuje druga področja in želi obogatitev ocen tudi s strani članic. Poleg Stebra socialne listine, ki je bil sprejet lani, omenja še nekaj pozitivnih EU iniciativ, ki ga podpirajo in jih bomo spremljali tudi v 2019 (neformalni oskrbovalci – direktiva EU, akt o dostopnosti za invalide, razširitev programa Erasmus, predlog za pan-evrop-



tudi v 2019 posredovali skrbnikom ADA platforme v okviru globalne mreže Help Age International, ki nas je pred leti prva pritegnila k omenjeni kampanji.

Vsebine, ki jih pripravljamo za mednarodne organizacije bomo ponudili tudi našemu Ministrstvu za zunanje zadeve in Ministrstvu za delo, družino, social-

ne zadeve in enake možnosti in upamo, da bodo vključene v prispevek Republike Slovenije na letošnjem zasedanju OEWGGA. Z omenjenima ministrstvoma in z Ministrstvom za zdravje bomo sodelovali tudi pri drugih temah, ki vsebujejo obveznosti vlade pri uresničevanju nalog iz sprejetih in spredaj omenjenih mednarodnih dokumentov. EURAG si bo še naprej prizadeval za širjenje organizacije in njenega delovanja na večje število članic ter njihovo motiviranje za angažirano delovanje na večini univerzalnih tem, ki so omenjene spredaj. Nadaljeval bo z obravnavo posameznih segmentov potreb in pričakovanj starejših v povezavi z drugimi starostnimi skupinami, z uvajanjem tem o staranju v učne in študijske programe ter s širjenjem usposabljanja za ohranjanje mentalnih sposobnosti starejših oseb. Ukvarjal se bo z vprašanji umetne inteligence in možnostmi za njeno uporabo pri pomoči starejšim osebam. Veliko pričakuje od sodelovanja članstva pri testiranju industrijskih produktov za potrebe starejših oseb. Članice EURAG tudi širijo svoje internetno mreženje. Spomladansko zasedanje Generalnega sveta bo od 1. do 5. maja, jesensko pa od 14. do 18. septembra.

*Jožica Puhar, Strokovni svet ZDUS,
Upravni svet AGE platform*

¹ EURAG, AGE platform Europe, EUROCARERS, Help Age International – ADA pobuda

² Svetovna Zdravstvena Organizacija

³ COST, Evropsko sodelovanje na področju znanosti in tehnologije je najdlje trajajoči medvladni okvir za sodelovanje v znanosti in tehnologiji v Evropi. Ustanovljen je bil leta 1971 in ima uspešno zgodovino financiranja znanstvenih in tehnoloških omrežij, kar ponuja znanstvenikom priložnost, da se lotijo multidisciplinarnega sodelovanja od spodaj navzgor na vseh znanstvenih in tehnoloških področjih.

⁴ Cilj COST konference 26. 10. 2018 je bil:

- predstavitev rezultatov akcije COST o staromrzništvu za nacionalne in podnacionalne oblikovalce politik, ki so odgovorni za zagotavljanje storitev in razvoj programov, namenjenih starejšim državljanom,
- povečanje ozaveščenosti o tematiki staromrznitva ter predstavitev rešitev za boj proti staromrznitvu na lokalni ravni.

Nekatere teme iz predstavitve:

- način sprejemanja ukrepov za zmanjšanje staromrznitva v politiki in zakonodaji,
- staromrznitvo pri zaposlovanju, v zdravstvu, v medijih,
- reševanje staromrznitva v zdravju preko medijev,
- zakaj se staromrznitvo zaleze pod kožo in kaj lahko storimo,
- zakon kot orodje za boj proti staromrznitvu,
- kampanja WHO za boj proti staromrznitvu,
- kako od tu dalje: pridobljene izkušnje in načrti za zmanjšanje staromrznitva.

⁵ Evropski Parlament

⁶ Angleška zveza je lani v parlamentu oblikovala skupino vseh parlamentarnih strank »Staranje in starejši ljudje«, nemška zveza pa, podobno kot mi, sodeluje s pristojnimi vladnimi resorji in z državno inštitucijo za zaščito človekovih pravic.

⁷ V okviru letošnjih dveh tematskih sklopov na OEWGGA (socialna zaščita skupaj s socialnim varstvom ter izobraževanje, usposabljanje, vseživljenjsko učenje in krepitev zmogljivosti) želijo posneti: a) pri socialni vpliv socialne zaščite na življenjski standard, pokritost populacije s sprejetimi ukrepi, eventualne vrzeli v socialni zaščiti, razpoložljivost informacij o programih, vključenost starejših v pripravo ukrepov, ukrepe za ranljive skupine in pritožbene mehanizme; b) pri izobraževanju pa ključne izzive za sodelovanje v izobraževalnih dejavnostih, dostopnost programov glede na potrebe in motivacije starejših, kakovost izvajanih programov, obstoj podatkov oz. raziskav s tega področja, eventualno diskriminacijo na osnovi starosti ter pritožbene mehanizme.

Cankarjev bralni maraton

Na Senovem od pomladi 2018 v okviru DU deluje bralni krožek. Člani se dobivamo vsak ponedeljek v prostorih Valvasorjeve knjižnice, enota Senovo. Vodja knjižnice, Vili Planinc, se trudi, kot zgleden motivator, vsestransko ugoditi vsem bralcem, zato ni nenaavadno, da tudi našemu krožku nudi vse možno ugodje knjižnega okolja. Tako je brž podprl idejo, da bi pripravili Cankarjev bralni maraton in se tudi mi pridružili vseslovenskemu spominu na nepreseženega velikana v slovenski književnosti.

Cankarjev bralni maraton smo izvedli v četrtek, 13. 12. Začeli smo ob 10. in zaključili ob 19. uri. Dopoldansko branje je bilo osnovnošolsko obarvano, saj so sodelovale kar tri skupine učencev OŠ XIV. divizije Senovo. Začeli so zvedavi petošolci, nadaljevali vedoželjni tretješolci in okrog 12. so se pridružili še modri devetošolci. Učenci so prisluhnili lepemu branju članic DU Senovo, Radici Šoln in Mariji Krušič. S prvima dvema skupinama smo brali in dramatizirali črtico Pehar suhih hrušk in ugotavljali, kako je potekalo življenje v Cankarjevi družini. Zakaj je mati jokala? Zakaj Lina ni niti zavzdihnila? Vse to so vedeli mladi bralci in kako so se začudili, ko jim je amaterska igralka Karmen Perme

v vlogi Cankarjeve matere prinesla zvrhan pehar suhih hrušk in jih pogostila z njimi! Devetošolci so prebirali črtico Mater je zatajil in ob njej razpravljali o tem, koliko je zanje pomembno, kako so oblečeni njihovi starši in tudi, kaj se je »zgodilo« v Jožetovi glavi, da se je sprva matere sramoval, čez nekaj ur pa je ponosno stopal ob njej. To je bilo razpravljanja in modrovanja! Tudi njih je presenetila Cankarjeva mati Neža (roj. Pivk) in jim predstavila, kako je v culo povezala Jožetove srajce in par usnjenih škornjev. Popoldanski bralni maraton je bil namenjen odraslim bralcem. Člani bralne-

ga krožka so že med letom prebirali Cankarjeva dela in članke o njegovem ustvarjalnem opusu in tako predstavili vsak svoj del na osnovi teme: Cankar v vsakdanjiku. Slišali smo, katere knjige je Cankar bral, katero glasbo je poslušal, kaj je rad jedel in kaj pil, ... in – koliko ljubic je imel. Razšli smo se zadovoljni in prepričani, da je bralni maraton uspel. Brali smo, pogovarjali smo se, modrovali in se tudi zabavali. Morda smo navdušili koga za branje, morda celo za branje Cankarja! Poskusite tudi vi! Izplača se.

Boža Ojsteršek, foto Simona Šoštar



Bralno kulturo sta mladim predstavili naši člani

»Ta veseli dan kulture« v DU Pivka

Literarni krožek Društva upokojencev Pivka z imenom Beremo skupaj s kulturnimi prireditvami obeleži vse pomembne dneve v letu. Zadnji kulturni dogodek pripravimo v začetku decembra, ko na Prešernov rojstni dan praznujemo Ta veseli dan kulture. Našo prireditev je finančno podprla tudi Občina Pivka, saj kultura doda pomembno vrednost življenju v vsakem kraju.

V počastitev praznika kulture smo letos priredili v multimedijški dvorani Krpanovega doma literarni večer. Prireditev smo razdelili na dva dela, prvi del smo posvetili letos umrlim literatom – Cirilu Zlobcu, Andreju Capudru in Alojzu Rebuli. Člani krožka smo prebirali odlomke iz njihovih del. Drugi del je bil avtorski – primerno imenu praznika Ta veseli dan kulture so naši ustvarjalci prebirali svoje stvaritve z veselimi pridihom. Vsak je tudi povedal, v kakšnih okoliščinah je delo

nastalo, ob zabavnih prigodah smeha v dvorani ni manjkalo. Rožmarinke so dobile nove članice, na prireditvi so s pesmijo poskrbele za veselo razpoloženje. Zadnja pesem, božična, nas je ponesla v pričakovanje praznikov.

Za posebno presenečenje je poskrbel Miklavž, ki nas je na prireditvi obiskal s svojimi angelčki. Strašansko smo ga bili veseli, saj smo bili celo leto zelo pridni in smo si njegov obisk zaslužili.

Besedilo in foto, Jožica Knafelc



Rokodelci že šestič na delavnicah v hotelu Delfin



Rokodelske delavnice si je ogledalo tudi vodstvo ZDUS.

Rokodelci in rokodelke smo se že šestič srečali na rokodelskih delavnicah, ki so potekale od 10. do 14. decembra 2018 v hotelu Delfin v Izoli. Namen organizacije rokodelskih delavnic je ohranjanje kulturne in tehnične dediščine, prenos znanja in izkušenj na sovrstnike in druge generacije, predvsem pa na mlade v svojih okoljih ter spodbujanje samozaupanja in aktivnega staranja starejših.

Z rokodelskimi delavnicami smo začeli v decembru 2013 in smo do zdaj organizirali skupaj 87 različnih delavnic, kamor se je udeležilo 258 rokodelk in rokodelcev iz 89 DU iz vseh 13 PZDU. Tokrat je bila udeležba rekordna, saj je bilo prisotnih kar 160 rokodelk in rokodelcev iz 68 DU in prvič tudi iz vseh 13 PZDU. Na delavnicah je prvič sodelovalo 42 rokodelk in rokodelcev – 2 vodji delavnic, 18 mentorjev in mentoric in 22 spremljevalcev. Med nami so bili tudi predsedniki DU: Kropa – Metka Petrač, Loški Potok – Marija Turk, Spodnja Kungota – Stane Bukovnik, Tržišče – Vinko Sitar, Raka – Fani Metelko in Gorica pri Slivnici – Zdenka Š. Bevc. Rdeča nit rokodelskih delavnic 2018 so bili izdelki za čebelarstvo in medičarstvo. Tematske delavnice pa so bile: Mini medoviti vrt (Milena Dimec, DU Litija), Risanje na steklo (Sonja Drobnič, DU Grosuplje), Kvačkana čebela (Marija Golob, DU Novo mesto), Polstena čebela (Emilija Gregorčič, DU Kamnik), Mozaik iz semen (Antonija Jereb, DU Štepanjsko naselje), Mreža za kozarce (Irena Kožuh, DU Brestanica), Darilna vrečka (Mojca Kraljič, DU

Kranj), Medovite cvetlice (Francka Murn, DU Dvor), Sveče iz voska (Katjuša Rabzelj, DU Šempeter pri Novi Gorici), Panjska končnica (Majda Repnik, DU Mengeš), Vrečka z izvezeno čebelo (Rozalija Strojjan, DU Pirniče), Košarica iz ratana (Marija Šmidovnik, DU Kamnik), Vaza v obliki satja (Danica Tisnikar, DU Vinska Gora), Klekljana čebela (Danica Gostinčar, DU Dolsko), Opletena steklenička (Ivan Veselič, DU Črnomelj), Peka Ferdinandovega medenega kolača (Mara Podržaj, DU Grosuplje) in Papirnati avio (Stane Arh, DU Jesenice), ki je delavnico pripravil za 58 aktivnih spremljevalcev. Vodje rokodelskih delavnic so se udeležili še posebne delavnice, ki je potekala dan pred samim začetkom in kjer so podrobno predstavili izdelke in način izdelave ter dobili vsa navodila za izvedbo. Vsi udeleženci delavnic pa smo si nadeli priponke z imeni, ki jih je izdelala Milena Dimec in oblekli enotne (delovne) majice. Uvodoma je predsednik OO RDD Branko Suhadolnik predstavil še rokodelske aktivnosti v 2018, ki so bile izpeljane na podlagi sklepov sprejetih na Rokodelskih delavnicah v letu 2017.

Seveda pa smo imeli še vrsto spremljevalnih aktivnosti. Rokodelsko razstavo vseh vodij delavnic in udeležencev, ki so bili prvič na RDD, predavanje o pripravi in vodenju rokodelskih delavnic, predavanje o zdravi prehrani in degustacija medu, predavanje o varnosti v prometu, ogled izolskih parkov in delavnico Misli v oblaku – oblaki na palličkah. Vse izdelke smo ob koncu predali direktorici Hotela Delfin, Nini Golob. Ne smemo pozabiti omembe zaključnega

večera z razstavo vseh izdelkov, ki so jih udeleženci izdelali na RDD, kulturnim in zabavnim programom, ki ga je vodila Antonija Jereb in v katerem je 28 udeležencev sodelovalo s poezijo, prikazom zgodbe o klobukih iz DU Brestanica, skeči in šalami, petjem in harmoniko, s predstavitvijo zgodbe o oblakih in nepogrešljiva je bila naša Marjetka Popovski! Rokodelske delavnice Delfin 2018 sta obiskala predsednik ZDUS Janez Sušnik in podpredsednica ZDUS Vera Pečnik in sta si z velikim zanimanjem podrobno ogledala potek in izdelavo izdelkov na posameznih delavnicah. Potek celotnega dogajanja je s fotografskim aparatom posnel Janez Strojjan, član OO RDD in je foto gradivo tudi posredoval vsem udeležencem. Veliko udeležencev pa je dogajanje ves čas sproti objavljalo na družbenih omrežjih. TV Slovenija je tako kot vsako leto doslej posnela utrinke rokodelskih delavnic in jih predvajala v informativni oddaji Primorska kronika. Po izjavah vseh udeležencev so Rokodelske delavnice Delfin 2018 odlično uspele in vsi si želijo, da se nadaljujejo tudi v letu 2019. Nobenih sklepov nismo sprejeli, ampak le priporočila vsem rokodelkam in rokodelcem, da še naprej aktivno delujejo v svojih okoljih pri prenašanju rokodelskega znanja na vrstnike in mlade in da sodelujejo pri organizaciji in izvedbi različnih rokodelskih delavnic in razstav. Poleg tega pa smo jih povabili na sodelovanje na prireditvi Dnevi medgeneracijskega sožitja 2019, ki bodo potekali v mesecu maju na GR v Ljubljani.

Branko Suhadolnik, foto Janez Strojjan

Pletenje s »pintovcem«

Lansko jesen je med člani DU Sveti Tomaž prišlo do ideje, da bi pletli košare s posebno vrbo »pintovcem«. Najprej smo si poiskali mentorja. To je domačin Mirko Lovrec, ki poučuje na Biotehniški šoli Ptuj in 9. januarja smo pripravili sklepno delavnico, na katero se je prijaviło 27 članov našega društva. Potem smo morali na lov za »pintovcem«.

Družina Matjašič nam je dovolila, da smo porezali vse njihove vrbe in jih spravili pri družini Janžekovič. Tudi prostor, veliko garažo za pletenje, so nam ponudili Janžekovičevi, za kar smo jim zelo hvaležni. Poleg prostora pa so nam nudili tudi prijazno besedo in še kaj. V začetku novembra smo se lotili rezanja vrbjih šib. Delo je bilo kar naporno. Vseeno smo se imeli lepo, saj smo se družili. Skladiščili smo jih na dvorišču Janžekovičevih. Že 22. 11. smo imeli 1. dan pletenja. Z osnovami nas je seznanil mentor, ki smo ga vsi poslušali. Po sprotne dogovoru smo se večkrat dobili in nadaljevali z delom. Ena skupina je imela pravo pletenje, drugi smo delali



Končni izdelki spretnih rok

na lažji način. Podstavke za lažje pletenje nam je pripravil naš član Franc. Tudi Mirko je imel pomočnika Cirila, ki je osnove pletenja že poznal. Vsi smo bili z delom in še bolj z izdelki zadovoljni. Med delom smo se o marsičem pogovarjali in razdrli tudi kakšno šalo.

Po desetem srečanju smo imeli »lúkif«. Gospodinja Marija nam je spekla pice, ostale članice so prinesle peciva, moški pa so poskrbeli za pijačo. Med nas je prišel tudi g. župan. Druženje je bilo prijetno in tudi koristno.

Besedilo in foto, Jožica Rakuša

Kakovostno glasbeno staranje (4. nadaljevanje)

Temu delu orkestrske specifike, ki pa je še kako aktualna zlasti še za pihalne orkestre ali godbe na pihala, se pridružujejo tudi ugotovitve, značilne za komorno¹ glasbo. Tudi ta, torej aktivnosti v komorni glasbi, predvidevajo zanjo vsestransko razvite osebnosti s pozitivnim odnosom do dela, umetnosti in potrebe po izpopolnjevanju in (nadaljnem) razvoju. V teh (komornih) zasedbah se še posebej, bolj natančno, na pol poti med skrajno (individualno) solistično in orkestrsko obliko muziciranja razvija smisel za kulturo in še posebej za glasbo še veliko bolj rafinirano, intimno. Saj prav ta vrst glasbe prebujajo zanimanje in (posebno) ljubezen do glasbe in glasbenega izražanja. Tako kot v orkestrski izvajalski praksi tudi v komorni glasbi lahko člani, torej izvajalci, spoznavajo različno glasbeno literaturo, značilnosti posameznih skladateljev, obdobja in slogov. Seveda je tudi v teh zvrsteh aktivnosti pričakovati izvajalske sposobnosti glasbenikov in njihove delovne navade. Obenem je tukaj v primerjavi z orkestrskimi aktivnostmi še

posebej in še bolj izpostavljena in poudarjena samokritika, (samo)nadzor zvoka in (so)poslušanje soigralca(-ev). Glede ritmične specifike je potrebno omeniti, da je le-ta še bolj natančna, prav tako pa je izpostavljeno analitično obvladovanje notnega zapisa. Tudi tukaj (v komorni glasbi) skladbe ne smejo biti prezahtevne. Zelo pomembno je tudi, da je raven znanja izvajalcev vsaj približno izenačena. V raznorodnosti instrumentov v komorni glasbi pihalnega orkestra je tudi treba predvideti in navajati izvajalce na medsebojno poslušanje in čim bolj enako artikuliranje in enotno fraziranje. Še bolj je poudarjena skrb za intonacijo, zato so nujne tudi intonacijske vaje (na primer skupno igranje /glasbenih/ lestvic in akordov). Kajti prav navajanje na skupinsko, komorno igro, različne vrste intoniranja, čim prej tudi na slogovne zakonitosti, reševanje specifičnih ritmičnih, agogičnih² in tonskih problemov pa sestavljajo tudi začetke orkestralne igre, v kateri pa se vse te težave in še drugi problemi samo še povečajo.

Poleg tega, da ima glasba kot kulturna in še posebej umetniška disciplina in stroka (v umetniškem, pedagoškem in znanstvenem pogledu, izvajalsko in ustvarjalno) splošne etične in estetske vrednote, so glasbeniki tudi po njeni zaslugi ritmično urejeni in obvladujejo intonančno prilagajanje soizvajalcem oz. skupini. Zato obvladujejo zahtevne tehnične in muzikalne prvine. Kajti izvedbe skladb morajo biti logične in doživete (gre za sprego čustva in razuma), venomer se je treba približevati izvirnemu tempu,³ kar je že kompletna in kompleksna psiho-motorična kategorija vsakega individua.

Glede na to, da je v Sloveniji glasbeno pismenih od 10 do 15 % celotne populacije, lahko sklepamo, da je približno toliko (glasbeno⁴) pismenih starostnikov, seniorjev. Zato to navadno imenujemo tudi solmizacija. Hkrati pa tudi to pomeni osnovni pevski pouk pevskih, slušnih in ritmičnih vaj na podlagi cit. solmizacije, saj je to hkrati tudi učni predmet na osnovnih (Nauk o glasbi), srednjih in visokih (glas-

benih) šolah (Solfeggio). Teh 10 do 15 % glasbeno pismenih Slovencev obvladuje celotno našo poklicno glasbeno sfero na poustvarjalnem (izvajalskem), ustvarjalnem (skladateljskem), pedagoškem in znanstvenem področju. Med njimi je zagotovo tudi veliko pasivnih glasbenikov (poslušalci, ljubitelji, gledalci, ...).⁵ Poleg najpomembnejših izobraževalnih oblik na področju glasbe in plesa so med cilji omenjenega izobraževanja poudarjeni še nekateri povsem zunaj glasbeni kot npr. »... omogočanje osebnostnega razvoja izvajalcev v skladu z njihovimi sposobnostmi in zakonitostmi razvoja; vzgajanje za obče kulturne in civilizacijske vrednote, ki izvirajo iz evropske tradicije; vzgajanje za medsebojno strpnost, spoštovanje drugačnosti in sodelovanje z drugimi; skrb za prenos nacionalne in občečloveške dediščine in razvijanje nacionalne zavesti ter vzgajanje za medkulturno družbo, hkrati pa razvijanje in ohranjanje lastne kulturne in naravne dediščine.«⁶ Če pa tem ugotovitvam dodamo še nekaj kratke statistike: »Glasbeno obrazovanje ima u Sloveniji dugu i bogatu tradiciju. 200-godišnjica (2016.) javnog glazbenog školstva upozorila je na njezin više nego 200-godišnji razvoj, na brojne i različite glazbeno školske institucije, brojne pojedince glazbenike u stvaralačkom (skladatelji) i izvođačkom pogledu (pjevači, instrumentalisti, pedagozi, znanstvenici). Razvoj i sadašnje stanje zacijelo ne bi bili toliko bogati kada pogledi u prošlost ne bi zahvaćali i viziju u budućnosti. Današnji rezultati, promatrani u evropskom okviru, pokazuju da je u slovenske glazbene škole uključeno 14,8 %⁷ osnovnoškolske djece (u Europi nešto više od 5 %), što potvrđuju dostignuća, vrhunskih slovenskih glazbenih umjetnika, poput klarinetista Mate Bekavca, flautistice Irene Grafenauer, mezzosopranistice Marjane Lipovšek, violinista Igora Ozima, trombonista Branimira Slokara, Slovenskog okteta, pijanistice Dubravke Tomšič Srebotnjak, tenora Janeza Lotriča, potom dvaju Slovenaca u



redovima čuvenih *Bečkih filharmoničara*, a jedan je član *Berlinske filharmonije*.«⁸ Tudi iz tega so samo še enkrat potrjeni že navedeni podatki, kolikšna je slovenska prednost glasbene pismenosti in na katero se še kako ponaša tako naš, slovenski glasbeno zgodovinski razvoj, uspehi v preteklosti in sedanjosti in seveda, kar je najpomembnejše: kakšni so temelji, na katerih lahko gradimo in ugotavljamo take ali dru-

gačne uspehe, v katerih se nahaja po eni strani tako številčna populacija (število starostnikov je zagotovo med njimi v enakem odstotnem odnosu do preostalih, torej v tem primeru glasbeno aktivnih) seniorjev, veteranov, vse skupaj pa je prav tako v neke vrste piramidalnih ugotovitvah pogoj za njegovo kvaliteto.

**(zadnje nadaljevanje in
konec prihodnjič)**

¹ Izhaja iz ital. *musica di camera* = sobna glasba in ki velja za vokalno ali/in instrumentalno glasbo. V solističnih zasedbah so jo prvotno izvajali po meščanskih in plemiških hišah. Kasneje pa se je ta izraz posplošil in pomeni (dandanes) solistično zasedeno instrumentalno glasbo (v baroku je bila to skladba in zasedba trio-sonata, v 19. stol. sta bila to godalni kvartet in sonata za solistične instrumente in klavir). Iz tega sta izšla tudi komorni orkester in komorni zbor ter številne (kombinirane) zasedbe za ene in za druge, za vokal in instrumental.

² Izraz za različne modifikacije tempa, drobne spremembe v hitrosti izvedbe (pohitevanje in zaostajanje), ko poskuša interpretacija doseči močnejši izraz in plastičnost.

³ Učni načrt za predmet *KOMORNA IGRA*. V: Predmetnik in učni načrt za (osnovno) glasbeno šolo (v: http://www.mizs.gov.si/si/delovna_podrocja/direktorat_za_predsolsko_vzgojo_in_osnovno_solstvo/glasbeno_izobrazevanje/programi/, str. 355–61).

⁴ Zanj je seveda najpomembnejša notna pisava, za njeno branje in zapisovanje pa je za popolno glasbeno pismenost izjemno pomemben solfeggio (ital.). Pri njem gre za posebne pevske vaje za natančno zadevanje (petje ali/in igranje) tonov, ki jih imenujemo z vokali ali solmizacijskimi zlogi. Sistem poimenovanja lestvičnih stopenj: c, d, e, f, g, a, h, (c) imenujemo s solmizacijski zlogi: (ut) do, re, mi, fa, so(-l), la, si (ti), (/ut/ do).

⁵ Križnar F., *Slovensko glasbeno šolstvo ...*, str. 7–8.

⁶ Zakon o glasbenih šolah, čl. 2 (Uradni list RS, št. 19/00 z dne 3. 3. 2000). V: prav tam, str. 9.

⁷ Podčrtal avtor (FKI).

⁸ Križnar F., *200. godišnjica glazbenog školstva u Sloveniji ...*, str. 42.

Za vas smo prebrali

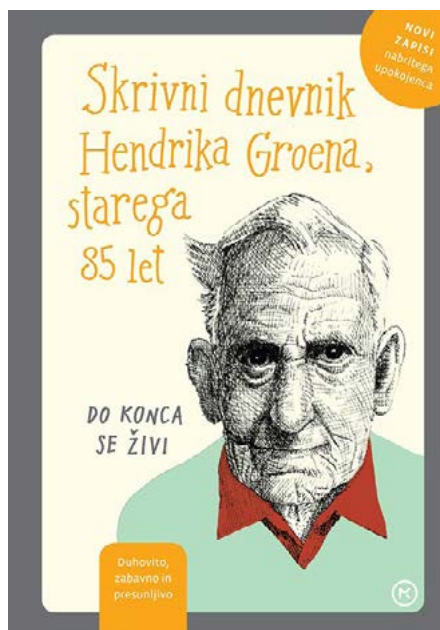
Skrivni dnevnik Hendrika Groena, starega 85 let: do konca se živi, prevedla Stana Anželj, Ljubljana, Mladinska knjiga, 2017

Skrivni dnevnik Hendrika Groena, starega 85 let opisuje njegovo življenje v amsterdamskem domu starejših v letu 2015 in je

nadaljevanje Skrivnega dnevnika Hendrika Groena, starega 83 let in ¼. Hendrik se tudi v drugem delu, skupaj s sovrstniki iz kluba Starine, ne pa crkvine, ki so ga ustanovili v letu 2013, podaja na pustolovščine in jih predstavlja z veliko mero humorja na račun starostnih tegob. Skozi knjigo se

vleče nit odnosa med njim in direktorico doma ter svojimi prijatelji iz kluba. Hendrik se skozi leto srečuje z umiranjem, negovanjem, inkontinenco in nenazadnje tudi z »gospodom Alzheimerjem«. Hendrik poleg že omenjenih starostnih tegob v dnevnik vključi tako svetovno politično dogajanje,

kot tudi dogajanje na nizozemskem dvoru in včasih za nekoga povsem nepomembno testiranje, ali je še sposoben priti do svojih klopč v parku doma starejših. Skratka, hoče biti drugačen, anarhističen, uporen starostnik v domu starejših. Hendrik predstavlja tegobe staranja v domu starejših na pozitivističen in humoren način, vendar pa je v pisanju zaznati malo več črnogledosti na življenje in staranje kot v prvem dnevniku. V drugem delu se veliko več ukvarja s smrtjo, z demenco ter ostalimi tegobami. Hendrik nam vse te zadeve prikaže na zelo dober pripovedni način, zato je knjigo kljub že omenjeni črnogledosti, ki jo vsekakor premaga humor, užitek brati. Zgodba v svojem slogu obravnava tudi strokovne teme o zakonu o oskrbi na Nizozemskem ter prestrukturiranju domov starejših, kjer si nasprotujejo dobičkonosnost in skrb ter ugodje prebivalcev domov starejših. Izpostavljeno je tudi prijateljstvo in trdne vezi med člani kluba, hkrati pa posega na področje, ki je v zadnjem letu tudi v Sloveniji glavna tema na trgu dela, to je pomanjkanje



osebja v domovih za starejše, tuji delavci ter odnosi med zaposlenimi. V starajoči se družbi knjiga obravnava najpomembnejše vprašanje današnjega časa, to je, kako

starejšim zagotoviti kakovostno preživljanje časa v »tretjem« življenjskem obdobju. Veliko časa posveča tudi demenci, ki jo pogosto označujemo predvsem kot bolezen starosti. Marsikatera knjiga, ki se dotika tem povezanih s staranjem, nam izkrivlja pogled tako na starostne tegobe, kot na bivanje v domu starejših, Hendrik pa nam podaja čisto realnost. Knjiga se lahko bere kot nadaljevanje prvega dnevnika ali kot samostojna knjiga. Priporočam jo vsem starostnim skupinam, saj se bodo mlajši bralci marsikaj naučili za poznejša leta, starejši pa se bodo prepoznali med vrsticami. Menim, da bi knjigo morali prebrati vsi, ki delamo na področju gerontologije in s starejšimi, saj nam bosta Hendrikovo razmišljanje in njegov pogled na življenje poskušala razumeti nekatera dejanja starejših, s katerimi se srečujemo vsakodnevno na naši poklicni poti. Vesel sem, da je pisatelj s knjigo tako zanimivo ubesedil naš drugi pol. Naj živijo starine!

Blaž Razvornik, Direktor Deos, Centra starejših Medvode

Palmer, J. PARKER. (2018). ON THE BRINK OF EVERYTHING: GRACE, GRAVITY, AND GETTING OLD.

Oakland: Berrett-Koehler Publisher

Palmer (1939) je avtor več prodajnih uspešnic na temo izobraževanja, skupnosti, vodenja, duhovnosti in družbenih sprememb. V svoji zadnji monografiji (2018) se posveča vprašanju, ki se človeku porajajo ob približevanju koncu življenja. Delo sestavlja sedem poglavij, ki obravnavajo teme življenjskega smisla in vprašanja minljivosti. Avtor v pisanje vključuje lastne zgodbe, spomine, dnevniške vpise in refleksije ter bogato zbirko odlomkov, govorov in citatov drugih del, ki se nanašajo na obravnavane vsebine, na primer dela Thomasa Mertona, Williama Sloaneja Coffina, Mary Oliver, Rumija, Mayja Sartona, Dylana Thomasa in Williama B. Yeatsa. Mark Nepo (2018) delo zaradi tega označi kot najbolj integralno in odprto refleksijo o staranju, ki bralca pozitivno pretrese in mu pomaga vzpostaviti bližino s seboj, drugimi, svetom in življenjem. Palmer v **prvem poglavju** opisuje nekaj svojih življenjskih modrosti, ki se jih je naučil med staranjem. Predvsem poudarja, kako je pomembno skozi življenje hoditi odprtih oči in odprtega srca za nove izkušnje. Bralca spodbuja, naj življenje v vseh starostih sprejema na podoben način, kot ga sprejemajo otroci, tj. skozi perspektivo čudenja.

Drugo poglavje se osredotoča na kreativno sodelovanje in interakcijo med genera-

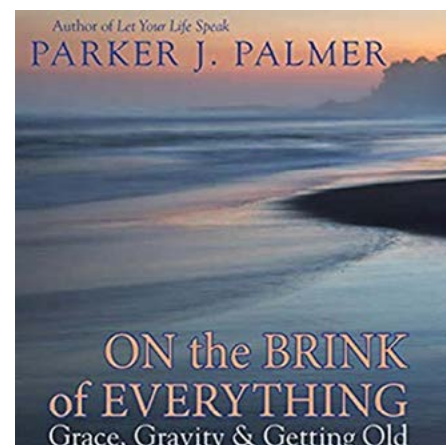
cijami. Avtor pri starejši generaciji spodbuja iniciativnost, da se povezuje z mlajšimi, saj medgeneracijsko povezovanje vse generacije napaja z življenjsko energijo ter širi obzorje dojemanja življenja.

V **tretjem poglavju** se avtor ukvarja z vprašanjem duhovnega življenja ter ga na osnovi lastne življenjske izkušnje opredeljuje kot stalno prizadevanje razblinjanja iluzij ter prihajanja v stik z resničnostjo. Čeprav smiselnost tega prizadevanja povezuje z vsemi življenjskimi obdobji, ga kot nepogrešljivega postavlja v odboje staranja.

Četrto poglavje je namenjeno vprašanju osmišljanja življenja s poklicnostjo in ne nujno s poklicem. Avtor piše, da delo pogosto osmišlja človekov obstoj, vendar je potrebno razlikovanje med plačanim delom, ki ni nujno in vedno izpolnjuječe, ter aktivnostmi, ki človekovemu življenju navdahnejo občutek smisla. Starost je z upokojitvijo pri tem obdobje, ki praviloma ponudi nove priložnosti nadoknaditi zamujeno.

Peto poglavje je namenjeno argumentaciji pomena povezovanja in vključevanja starega človeka v njegovo življenjsko okolico. Če človek tudi v starosti ohranja občutek skrbi in željo doprinesati k ustvarjanju boljšega sveta za druge, ostaja v stiku z občutkom pomembne vloge svojega obstoja tudi v starosti.

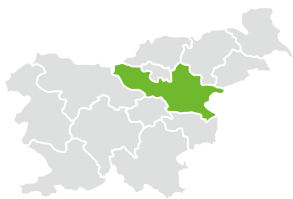
Predzadnje poglavje predstavlja pomen druge strani življenjske interakcije, in sicer odnosa do lastnega notranjega sveta. Avtor poudarja, kako pomembno je v starosti



vzpostaviti aktivni notranji dialog in doseči visoko stopnjo samospoznanja, ki predstavlja osnovni pogoj za doseganje notranjega miru in pomirjenosti z življenjem ter samim seboj.

Zadnje poglavje avtor posveča vprašanju, kaj se zgodi po smrti. Pri tem najprej poudari, kako pomembno je zavedanje minljivosti tekom življenja, saj stalno odprti dialog z lastno smrtjo življenje postavlja v perspektivo dragocenosti in pomembnosti. Zadnje poglavje na ta način bralca pomiri z mislijo minljivosti, zlasti ob predpostavki, da upošteva preostala načela, ki jih avtor predstavlja v prejšnjih poglavjih. Delo s tem celotno zaobjame izkušnjo starejšega človeka ter mu lahko ponudi vodenje v soočanju s težkimi življenjskimi in osebnimi vprašanji.

Maja Velički, absolventka doktorskega študija socialne gerontologije



CELJSKO

Zatikanja na poti v dolgoživo družbo

V Celju sta evropski poslanec dr. Igor Šoltes in Pokrajinska zveza društev upokojencev Celje 11. januarja pripravila odmeven pogovor o dolgoživi družbi in s tem povezanimi aktualnimi dogajanjem na nacionalni in evropski ravni ter še posebej o področju prostovoljstva ter dolgotrajne oskrbe. Poleg prostovoljcev in predstavnikov društev upokojencev celjske PZDU so sodelovali najodgovornejši predstavniki ZDUS ter predstavniki javnih zavodov, ki na različne načine skrbijo za starejšo populacijo.

Na pogovoru, ki ga je vodila Mimica Kidrič, sta zbrane najprej pozdravila predsednik PZDU Celje Silvo Malgaj in predsednik ZDUS Janez Sušnik, ki je že uvodoma opozoril na štiri področja, s katerimi se ZDUS največ ukvarja: pravične pokojnine, zdravstvo in sociala, bivalni standard ter humanitarno področje: "Politika je za dolgoživo družbo in nas starejše včasih gluha. Nočejo priznati, koliko so pokojnine padle. Mi smo svoje zaslužili in to tudi zahtevamo," je poudaril. Za dr. Igorjem Šoltesom je zbrane pozdravila podpredsednica ZDUS Vera Pečnik. Njene uvodne besede so opozorile na predrage domove za starejše, na ne vključevanje prostovoljcev v pripravo zakona o dolgotrajni oskrbi ter na nasilje. Vodja programa Starejši za starejše pri ZDUS, Rožca Šonc, je govorila o izjemnem pomenu programa, v okviru katerega so prostovoljci od leta 2004 opravili že 900 tisoč obiskov starejših in zabeležili 9 milijonov prostovoljnih ur. Ugotavljali so, kakšen je položaj starejših, kakšne so njihove potrebe in zagotovili 320 tisoč različnih pomoči in storitev. Da je položaj starejših v Sloveniji vse prej kot dober, pričajo podatki iz preteklega leta: "218 tisoč starejših je živelo pod pragom revščine. To je grozljivo, še zlasti, ker smo že nekaj let iz krize, položaj pa se ne izboljšuje. Celo nasprotno. Leta 2014 je bilo med starejšimi od 65 let 6 tisoč upravičencev do socialno varstvene pomoči, leta 2018 že 9 tisoč!" K temu veliko prispeva zmanjševanje pokojnin: "V letih krize smo izgubili 12 odstotkov

vrednosti pokojnin, še vedno smo prikrajšani za 9 odstotkov. Smo res tako malo vredni?" se je vprašala. O kakovosti življenja starejših v celjski regiji je spregovorila koordinatorica programa Starejši za starejše PZDU Celje Ivanka Tofant. "Velika večina starejših se težko preživlja in iz meseca v mesec, razmišljati mora, kako bo poravnala položnice in koliko bo ostalo za preživetje," je začela. "Program Starejši za starejše deluje v 21 društvih na vzhodni strani Celja in 10 društvih savinjske pokrajine ... 397 starejših prostovoljcev pokriva naše občine in skrbi, da naši sosede, znanci, prijatelji niso osamljeni, ali morda celo lačni," je dejala. Podatki o delu, ki so ga opravili prostovoljci, so zgovorni: "V preteklem letu smo skupaj obiskali 8998 oseb, opravili smo 13.582 obiskov, od tega smo 1.674 osebam nudili različne pomoči 7.150 krat. Opravili smo preko 20.000 ur." Še bolj so sedli v srca posamezni primeri iz preteklih 13 let: "Starejša ženička, ki je živela v hlevu in se grela pri teličkih, potem osamljena ženička, ki je živela sama in imela za prijateljice podgane, možakar, na katerega se je udiral strop, pa oče otrok, ki so ga pretepali, in kako je sin požgal domačijo z materjo, kako je možak živel pod mostom in še in še so bili primeri, ob katerih nam je zastal dih. Vse te primere smo prostovoljci skupaj s socialnimi službami, zdravstvom, občinami in dobrimi ljudmi rešili. Sprašujem pa se, kako bi bilo, če ne bi bilo prostovoljcev, kako bi ti ljudje končali in ali bi kdo drug opazil njihovo stisko?" S konkretnih primerov na evropsko raven je pogovor speljal dr. Igor Šoltes, ki je ocenil, da je program Starejši za starejše, prejemnik priznanja Državljan Evrope 2017, pustil pomembno sled tudi v Evropi. "V odnosu do starejših si zatiskamo oči – kot da nas starost ne bo nikoli dohitela. Imamo ogromno strategij, ki pa niso povezane," je ugotavljal in opozoril na kompleksnost problema starejših in nujnost njihovega vključevanja v oblikovanje politik. Posebej se je dotaknil še staromrzništva – diskriminacije po starosti. Po njegovem mora biti pristop k dolgoživi družbi starejših kompleksen, predvsem pa moramo omogočiti humano družbo, kar pa ni mogoče le s kurativnimi ukrepi, temveč predvsem s privzgojo vrednot. Opozoril je še na nedopustnost sovražnega govora, ki je usmerjen tudi k starejšim: "Pravica do izražanja je edina človekova pravica, ki jo je treba uporabljati odgovorno. Če ne ukrepamo, se lahko zgodi največje zlo," je opozoril. Svoj nagovor je zaključil z razpravo o prihodnosti človeštva in izjemnem pomenu samoskrbe s hrano in dostopom do zdrave pitne vode: "Riše se nov zemljevid sveta. Gospodar bo tisti, ki bo imel hrano, semena in vodo," je rekel in s tem podkrepil pobudo za izvzetje živil



Mimica Kidrič, Ivanka Tofant, Rožca Šonc, Silvo Malgaj, Igor Šoltes, Vera Pečnik in Janez Sušnik

iz sistema javnega naročanja, katere cilj je spodbuditi povečanje deleža kakovostne lokalno pridelane hrane v vrtcih, šolah, domovih za starejše in bolnišnicah.

Dolgotrajna oskrba – pilotni projekt

Mag. Alenka Obrul, direktorica Zdravstvenega doma Celje, in koordinatorica programa dolgotrajne oskrbe, Vladka Vovk, sta predstavili pilotni projekt, ki bo podpiral prehod v izvajanje sistemskega zakona o dolgotrajni oskrbi in ga financirata evropski socialni sklad in ministrstvo za zdravje. Ena izmed treh tako imenovanih vstopnih točk v Sloveniji je v ZD Celje, v projekt pa bodo vključili tako prebivalce z območja Mestne občine Celje kot tudi iz sosednjih občin Štore, Vojnik in Dobrna, ki bodo tako med prvimi v Sloveniji lahko uporabljali storitve, ki jih ponuja sistem dolgotrajne oskrbe. "Prejeli smo že 79 prijav, 14. januarja začnemo z delom na terenu," je Alenka Obrul seznanila zbrane in poudarila, da bodo do 30. 6. 2020 vse storitve za uporabnike brezplačne. Za pomoč pri dolgotrajni oskrbi se lahko nanje obrnejo vsi, ki potrebujejo pomoč na domu in so starejši od 18 let.

Eden izmed pridruženih partnerjev pilotnega projekta je Center za socialno delo Celje. Direktorica centra, mag. Olga Bezenšek Lalić, je med drugim povedala, da sodelujejo predvsem v okviru programa nudenja pomoči družini in psihosocialne podpore uporabnikom, da pa jih je za delo na terenu premalo. JZ Socio je prav tako pridružen partner. "V okviru projekta bomo nudili le druženje in manjše pomoči," je povedala direktorica Suzi Kvas. Ob dobrih izkušnjah z delom Večgeneracijskega centra je opozorila na program Sobivamo po vzgledu iz drugih evropskih držav, ki pa v Celju ni zaživel: "Razvijajmo programe, ki so primerni za naše ljudi," je pozvala.

V razpravi je Rožco Šonc zanimalo, kako se v ta pilotni projekt vključujejo prostovoljci, saj je po njenem mnenju nesprejemljivo, da nosilci projekta zbirajo podatke, ki jih v programu Starejši za starejše že imajo in to po besedah Vere Pečnik strokovne, ne laične. "Zakaj nas ne uporabite?" se je vprašal tudi Janez Sušnik. Mag. Alenka Obrul je zagotovila, da bodo pri projektu sodelovali in že sodelujejo s prostovoljci, vendar se je v razpravi, v kateri je sodelovala tudi celjska mestna svetnica Brigita Čokl pokazalo, da bi bilo veliko manj težav, če bi bili prostovoljci vključeni že v samo pripravo zakona o dolgotrajni oskrbi. A ne samo to: "V Sloveniji je potrebno dograditi zakonodajo, da bo bolj vključevala prostovoljstvo v pripravo zakona in v sam zakon!" Sicer pa drži Šoltesova misel: "Vsi smo v eni državo, zato delajmo z roko v roki!"

Besedilo in foto, Milena Brečko Poklič

Veselo silvestrovanje

Tudi ob zaključku starega leta so se v dvorani Konjičanka zbrali člani Društva upokojencev Slovenske Konjice, da so se skupaj poveselili in pozdravili novo leto.

Lepe želje jim je na začetku večera izrekel predsednik društva Anton Obrul, nato pa so ure minevale v sproščenem vzdušju, z veliko pesmi in plesa. Pri tem sta imela pomembne zasluge glasbenika. Nekdanji Konjičan Tomo Jurak se je sicer najprej sprehodil Sam po parku, nato pa so njegovim pesmim pritegnili domala vsi zbrani. Kako tudi ne, saj je zaigral in zapel vrsto pesmi naše mladosti, priljubljene, narodne, ponarodele in druge, ki so božale srca in ušesa. Tudi David Matjašič je vzpodbujal veselo prepevanje, predvsem pa je poskrbel za pestre plesne



Odštevali smo skupaj in skupaj odpirali penino.

ritme, v katerih so se vrteli tako pari kot skupine. Za pogovore je skoraj zmanjkalo časa, oba pa sta ustvarila ravno pravo razpoloženje za, sicer predčasno, novoletno zdravico s penino. Naj bo novo leto tako veselo, kot je bil tisti večer!

Besedilo in foto, Milena Brečko Poklič

V domove prinašajo veselje

Prostovoljke programa Starejši za starejše, ki delujejo pri Društvu upokojencev Slovenske Konjice, so se decembra zbrale na zadnjem sestanku v letu. Ocenile so opravljeno delo in se pogovorile o načrtih za naprej. Pridružil se jim je tudi predsednik društva Anton Obrul, ki se jim je zahvalil za dobro delo in med drugim poudaril, da je tudi to botrovalo priznanju, ki ga je konjiško društvo kot najboljšo v celjski regiji v letu 2018 prejelo od Zveze društev upokojencev Slovenije.



Dobro delo potrjujejo tudi številke. V letu 2018 so prostovoljke opravile 765 obiskov pri 490 starejših od 69 let. Svoj letni načrt so tako presegle za 47 odstotkov. Ker je program v konjiškem društvu upokojencev septembra zabeležil že 10-letnico, so pogledale tudi celotno obdobje. V projekt je bilo v tem času vključenih 1997 starejših občanov, pri katerih so prostovoljke opravile 6869 obiskov. 197 posameznikom so nudile tudi različne oblike pomoči, največ v okviru društva upokojencev, ostale pa v sodelovanju s Centrom za socialno delo, humanitarnimi organizacijami in drugimi. Prostovoljke, ki si želijo predvsem okrepitev z mlajšimi sodelavkami, se zavedajo pomena svojega dela, saj prinašajo v domove starejših drobce veselja, predvsem pa zavedanje, da nihče ni pozabljen in sam.

Besedilo in foto, Milena Brečko Poklič



DOLENJSKA IN BELA KRAJINA

Uspešno leto 2018 za Dolenjske in Belokranjske upokojence

Naša pokrajina ima 36 društev upokojencev z nekaj več kot 14.000 članov. Po površini je med največjimi, saj sega od Velikega Gabra do Vinice in od Loške doline do Šentjerneja. V svojih vrstah imamo zelo aktivna društva, saj smo v minulem letu našli okoli 600 dogodkov, vse od kulture, športa, ročnih spretnosti in številnih drugih.

V športnih igrah naše regije je v letu 2018 sodelovalo 973 športnikov. Tekmovali so v devetih panogah, in sicer v kegljanju, streljanju, pikadu, šahu, balinanju, orientacijskem pohodništvu, petanjanju, športnem ribolovu in kegljanju s kroglo na vrvi. Najbolj množična udeležba je v pikadu, saj tekmuje tako v ženski kakor tudi v moški konkurenci okoli 130 tekmovalk in tekmovalcev iz 28 društev. V letu 2017 smo uvedli tudi novo igro in sicer petanko in presenetljivo se je tekmovalca v tej balinarski panogi udeležilo 15 društev s 97 tekmovalci. Posebno pohvalo izrekam našim pohodnikom! Imamo celo tekmovanje v pohodništvu v okviru športnih iger in tekmovalo je kar 18 društev.



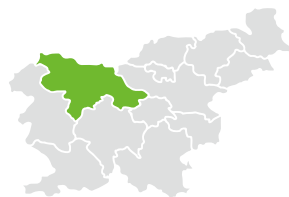
Jože Jazbec, predsednik PZDU Dolenjske in Bele krajine

Posebno smo ponosni na redne mesečne pohode, ki se jih udeležujejo iz več društev. Tak pohod vsak mesec organizira drugo društvo in tako naši pohodniki spoznavajo Dolenjsko in Belo krajino. Sedaj so ustanovili tudi svoj pohodniški pevski zbor, da si popestrijo dogajanje na cilju. Velikokrat kakšen pohodnik odpre svoj vinski hram in tako »pohodništvu« postane še bolj veselo in prijetno.

V letu 2018 smo na športnih igrah ZDUS dosegli 3. mesto, v letu 2017 drugo mesto, bili pa smo tudi že prvi med vsemi. V času mojega predsednikovanja se je prebudilo tudi kulturno življenje v DU. Pred leti se je revije PZ udeležilo 7 pevskih zborov, zadnje leto pa že 12. Ob koncu zborovskih revij vse pevce povabimo tudi na večerjo, ki jo s petjem popestrijo nastopajoči. Kot vsako leto smo tudi prejšnje organizirali srečanje literatov, ki se ga je udeležilo 34 ustvarjalcev iz petnajstih društev upokojencev. Ugotavljamo, da v KS pa tudi v nekaterih občinah ne bi bilo pravega kulturnega utripa brez sodelovanja naših upokojencev. Tudi dejavnost v pro-

gramu Starejši za starejše deluje na terenu zelo dobro, pa tudi sodelovanje z vodstvom PZDU naše regije je zgledno. Vsako leto prirejamo tudi srečanje vseh prostovoljk in prostovoljcev v drugem kraju kjer si ogledajo značilnosti in lepote tega kraja. Ob koncu mojega dvanajstletnega mandata kot predsednika PZDU bi želel še posebno poudariti, da v vsem tem obdobju nismo imeli v pokrajini nobenega spora, da smo vsi predsedniki med seboj pravi prijatelji in vse zadeve rešujemo z dialogom in dobro voljo. Mislim, da bo tako tudi po mojem odhodu. Novemu predsedniku, ki bo izvoljen 3. aprila letos pa želim veliko delovnih uspehov na vseh področjih dela PZDU.

Jože Jazbec



GORENJSKA

Tradicionalni Dan pokrajinske zveze društev upokojencev Gorenjske na Kokrici

V kulturnem domu na Kokrici je bilo na začetku decembra peto srečanje gorenjskih društev upokojencev pod imenom Dan pokrajinske zveze društev upokojencev Gorenjske. Kot je v nagovoru povedal njen predsednik Zdravko Malnar, je bilo leto 2018 za Pokrajinsko zvezo zelo delovno in uspešno. Posebej jih veseli, da se jim pridružujejo nova društva. Tako se ji je letos pridružilo Društvo upokojencev Vodice z nekaj več kot 400 članicami in člani, kar kaže na to, da so v njihovi sredini prepoznali okolje, v katerem lahko uresničujejo svoje interese.

Tako je sedaj v Pokrajinski zvezi društev upokojencev Gorenjske vključenih 49 društev s skoraj 29 tisoč člani, s čimer so največja pokrajinska zveza v Sloveniji. V PZDU Gorenjske spremljajo nastajajočo zakonodajo s socialnega področja in politiko pokojnin ter njihovo usklajevanje. Upravni odbor je na svoji seji posebej obravnaval primerjavo vsebin Memoranduma 2018 in Koalicijske pogodbe ter pripombe in predloge ZDUS pa tudi Ukrepe za izboljšanje gmotnega položaja upokojencev 2018–2019 ter jih v celoti podprl. »Železni repertoar« njihovega dela in programa pa je, kot je nadaljeval Malnar, delo v komisijah.

Z velikim zanimanjem so udeleženci srečanja prisluhnili tudi predsedniku ZDUS Janezu Sušniku, ki je na njihov dogodek prišel naravnost z razgovora pri predsedniku Vlade RS Marjanu Šarcu. Seznanil jih je z dogovorom, da bo imel ZDUS, ker ni Urada za starejše, zdaj neposredni stik z vlado preko državnega sekretarja, s katerim bodo usklajevali določene stvari. V nadaljevanju je spregovoril o še eni zelo pereči temi, o posmrtninskem skladu, predstavnike gorenjskih društev upokojencev pa je seznanil tudi z odločitvijo, da se je ZDUS ločil od Festivala za tretje življenjsko obdobje, na katerem je dolga leta sodeloval, in bo letos že v mesecu maju skupaj z Dijaško zvezo, Študentsko organizacijo in Mladinskim svetom na Gospodarskem razstavišču pripravil svojo prireditev pod naslovom Dnevi medgeneracijskega sožitja. Na dogodku so najbolj aktivnim društvom in posameznikom podelili pisna priznanja. Za delo na področju kulture so priznanje dobila društva upokojencev Kamnik, Lesce in Britof-



-Predoslje. DU Kamnik je dobilo priznanje tudi za delo na športnem področju, poleg njega pa še društvi upokoјencev Naklo ter Dovje-Mojstrana. Med posamezniki so si priznanje prislužili Danijela Benedikt in Marija Gašperlin iz DU Bitnje Stražišče, Franc Kržišnik in Majda Roksandič, člana DU Elektro Gorenjska, ter Hilda Zaletel in Milena Pavlin iz DU Kranj. Dvema članoma, ki sta bila posebej aktivna v Komisiji za šport, rekreacijo in gibalno kulturo, to sta Ambrož Teran in Janez Komel, so podelili mali zlati plaketi, Društvo upokoјencev Moravče, ki je skupaj s Pokrajinsko zvezo pripravilo lanskoletno srečanje upokoјencev Gorenjske ter Občina Moravče, ki je projekt finančno podprla, pa sta na prireditvi dobila veliko zlato plaketo Pokrajinske zveze društev upokoјencev Gorenjske.

V spremljajočem kulturnem programu sta udeležence dogodka razveselili članici Društva upokoјencev Preddvor pevka Cirila Kelvišar in citrarka Francka Šavs.

Slavica Bučan, foto Ferdo Kikelj

Folkloristi DU Moravče ohranjajo ljudsko izročilo

Folklorna skupina DU Moravče je v mesecu novembru pripravila tradicionalni, že sedmi folklorni koncert. Ideja za ustanovitev skupine se je v januarju 2011 utrnila predsednici DU Moravče Vojki Rebolj, ki je kasneje postala tudi predsednica folklorne skupine. Najprej se je povezala z umetniškima vodjema Francem Hribovškom in Nevenko Unk Hribovšek, ki sta prevzela vodenje skupine, v kateri je bilo na začetku dvajset plesalcev.

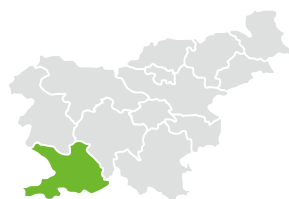
Z leti se je število plesalcev zmanjšalo; trenutno pleše sedem parov, so pa ti toliko bolj vztrajni in delavni, pa tudi družijo se radi. In seveda, veliko nastopajo. Kar koli se v Moravčah dogaja, FS DU je vedno zraven. Povprečna starost plesalcev je 68 let, vendar jo znižuje njihova nova umetniška vodja, to je študentka Tina Vindiš. Njena mladost jim daje novih moči in elana za delo. V folklorni skupini poleg plesalcev, ki tudi pojejo, delujejo še godci, njihov glavni harmonikar pa je Žan Cimerman. Skupaj interpretirajo plesno in glasbeno ljudsko izročilo ter prikazujejo nekdanji način življenja našega kmečkega prebivalstva. Na ta način ohranjajo ljudsko izročilo novim rodovom. V minulih letih so res veliko peli, plesali in igrali, več kot 80 nastopov je za njimi. Poleg prireditev v domači občini se radi odzovejo povabilom iz drugih krajev, ne le pri nas, ampak tudi v tujini. Tako so recimo nastopili na slovesnosti ob 70. obletnici ZDUS-a v Cankarjevem domu. Gostili so skupine iz Češke, Italije, Avstrije in Madžarske, kamor so izmenično tudi Moravčani povabljeni. Nekajkrat letno razveselijo stanovalce domov za starejše. Na novembrski folklorni koncert so kot običajno povabili še gostujočo skupino. Tokrat se jim je pridružila porabska ženska folklorna skupina

Monošter Madžarska, v kateri je vključenih 12 upokoјenk, članic Društva porabskih slovenskih upokoјencev. Pravijo, da niso nikoli utrujene, njihova dejavnost in ljubezen do narodnih plesov in maternega jezika pa je lep vzor mlajšim generacijam. Za cilj so si postavile usvojiti čim več in čim bolje odplesati predvsem porabske plesne pa tudi sosednje goričke iz matične države. Poleg porabske folklorne skupine so na letnem koncertu FS Moravče nastopili še vrtčevska folklorna skupina Lilija, šolske mažoretke, Peški oktet ter operni pevec Peter Pirnat. Hvaležni in veseli so, da mladi sodelujejo z njimi. Na svojem letnem koncertu so člani FS DU Moravče tokrat plesali koroške plesne, sicer pa obvladajo



tudi gorenjske, med njimi Moravški birt, Ljub'ca moja, Veselica v Moravčah, Od Ciela do Lublance in Sprehod po Kranjskem. Še naprej se bodo trudili in učili novih plesov, si z druženjem krajšali čas ter z nastopi razveseljevali sebe in vse ljudi dobre volje, ki imajo radi slovensko ljudsko izročilo. V svoje vrste z veseljem sprejmejo tudi še nove člane, že dolgo pa sodelujejo in tako bo tudi v prihodnje, s številnimi folklornimi skupinami doma in v zamejstvu.

Slavica Bučan, foto Simon Zalar



**JUŽNA
PRIMORSKA**

Srečanje jubilentov DU Piran

DU Piran nadaljuje z dolgoletno tradicijo, da vsako leto povabi svoje člane in članice, ki so v letu dopolnili 80, 85, 90 in več let na srečanje jubilentov. Letos so se zbrali v gostilni Oštarija Portorož. Na vabilo se je odzvalo kar 24 slavljencev v spremstvu sorodnikov in prijateljev. Prav tako so bili na srečanje povabljeni tudi člani upravnega odbora z namenom, da se družijo s slavljenci in v zahvalo za njihovo opravljeno delo v letu 2018.

V krajšem kulturnem programu so nastopali Irena Dolinšek z zgodbo o vrtnici, plesalka plesne skupine Metulj s plesno točko o Rdeči kapici, za prijetno vzdušje pa je skrbel harmonikar Marino. Srečanja jubilentov se je udeležil podžupan občine Piran, Karlo Radovac in predstavnica patronažne službe ZD Piran Nataša Kocjan. V pozdravnem govoru je podžupan čestital jubilentom in jim v prihajajočem letu zaželel veliko zdravja in

Prijavnica za nastop na »Odru sožitja«

v sklopu Dnevov medgeneracijskega sožitja 2019

Termin prireditve

14. – 15. maj 2019 od 9.00 do 18.00, **16. maj 2019** od 9.00 do 15.00

Izpolnjeno prijavnico poslati po pošti ali e-pošti do 29. marca 2019.

Organizatorja:



Dnevi medgeneracijskega sožitja so osrednji letni povezovalni dogodek namenjen izmenjavi idej, prenosu znanj in izkušenj med generacijami. Z vsestranskim povezovanjem ohranjamo visoke družbene norme in izboljšujemo položaj vseh generacij v Republiki Sloveniji. Vabimo k sodelovanju v kulturnem programu na **Odru sožitja**, ki bo v ospredje postavil ljubiteljsko kulturo kot tistega povezovalnega akterja, ki z zavzemanjem za vidnejše kulturno vključevanje vseh generacij prispeva k ozaveščanju o pomembnosti aktivne, zdrave in dolgožive družbe - družbe sožitja.

Podatki o nastopajočih in programu izvedbe

Naziv prijavitelja (organizacija, društvo upokojencev, kulturno društvo, osnova šola, itd.)

Ime in priimek kontaktne osebe

Elektronska pošta ali naslov za obveščanje

Telefonska številka

Polni naziv nastopajoče skupine

Ime in priimek voditelja/mentorja/zborovodje

Število nastopajočih

Vrsta programa: glasbeni (inštrumentalna, vokalna, ljudske pesmi, godci ljudskih viž, drugo), folklorni nastop, plesni nastop, gledališki nastop, drugo

Program (navedite natančne naslove dela/pesmi z navedbo avtorjev glasbe, avtorja besedila, avtorja priredbe/aranžmaja)*

Vpišite čas trajanja programa (na razpolago do 20 minut)

Inštrumenti (navedite vsa glasbila, s katerimi boste nastopali – npr. 1 x harmonika, 1 x lončeni bas itd.)

Tehnična oprema za nastop (prosimo navedite, koliko mikrofонов potrebujete in/ali stolov na sceni):

Če boste pri nastopu uporabili/predvajali glasbo iz fonograma (CD-ja ali drugega nosilca zvoka), navedite**:

Naziv izvedbe	Izvajalec	Naslov albuma	Leto izdaje	Proizvajalec fonograma

** Podatki za IPF – Zavod za uveljavljanje pravic izvajalcev in proizvajalcev fonogramov Slovenije.

Želeni termin nastopa (ustrezno označite)

torek, 14. 5. 2019	<input type="radio"/> dopoldne	<input type="radio"/> popoldne
sreda, 15. 5. 2019	<input type="radio"/> dopoldne	<input type="radio"/> popoldne
četrtek, 16. 5. 2019	<input type="radio"/> dopoldne	<input type="radio"/> popoldne

Kratek opis za napoved nastopa

POGOJI ZA PRIJAVO IN DRUGE POSEBNOSTI

Pomembno: Potne stroške prihoda na prireditve organizator ne zagotavlja.

Organizacijam, ki so registrirane skladno z določili Zakona o društvih, šolam, vrtcem in drugim, za katere organizator presodi, da izkazuje poslanstvo Dnevov medgeneracijskega sožitja, je nastop na odru sožitja brezplačen. Če organizator oceni, da ni zadoščeno pogojem za brezplačen nastop o tem obvesti prijavitelja do 30. 3. 2019. Prijavnice bodo obravnavane po času dospelja do zapolnitve mest, **prednost bodo imele kulturne skupine z medgeneracijsko zasnovanimi nastopi.**

Pogoj za sodelovanje: izpolnjena prijavnica z vsemi podatki.

Rok za prijavo in kontakt:

Izpolnjeno prijavnico pošljite na ZDUS, Kebetova 9, 1000 Ljubljana ali po e-pošti na naslov: dijana.lukic@zdus-zveza.si, najkasneje do 29. 3. 2019. Za več informacij je na voljo kontakt: 01/62 05 482 ali 051 656 532.

Obvestilo o nastopu: Izpolnjena prijavnica še ne pomeni potrjenega nastopa na prireditvi. Organizatorja bosta po preteku roka prijave zasnovala vsebinsko smiselno razporejene nastope po predvidenih dnevih. Prijavitelji boste o tem pisno obveščeni.

Organizator si pridružuje pravico do sprememb programa.

Organizatorja:
Zveza društev upokojencev Slovenije
Gospodarsko razstavišče d.o.o.



Irena Dolinšek je bila dolgoletna animatorka v hotelih portorož

vaš visoki jubilej 80, 85, 90 in več let. Med letom, ko ste praznovali, vam nisem utegnil stisniti roke in vam zaželeli veliko zdravja, sreče in kakšnega cekinčka več v vaših denarnicah, zato vam, glede na vašo visoko starost, ki ste jo dočakali, čestitam danes iz vsega srca v želji, da bi še mnogo let praznovali zdravi in veseli. Kot veste, vsako leto povabimo naše člane jubilate in s tem ohranjamo tradicijo predhodnikov našega društva. Ob tej priliki bi se zahvalil tudi vsem članom UO in komisijam društva, ki mi pomagajo pri uspešnem vodenju in delovanju društva. Prav tako smo se danes tu zbrali z namenom, da nazdravimo in se poslovimo od leta 2018 ter si zaželimo zdravja, sreče in osebnega zadovoljstva v prihajajočem letu.«

Na srečanju ni manjkala niti torta in obdaritev z rožicami. Ob slovesu so sledile lepe želje za prihajajoče božične praznike in novo leto, v želji, da bi bilo srečno in zdravo.

Besedilo in foto, Zdravko Taškar

Postojnska sekcija brigadirjev z novim vodstvom

Postojnski brigadirji smo po Š. Bratini, F. Jurci, E. Progarju in S. Čeligoju dobili novega, petega predsednika po vrsti. To je postal Franko Pleško iz Postojne.

Po odstopu Siniše Čeligoja zaradi zdravstvenih težav smo bili brigadirji nekaj časa brez svoje prvega moža. Siniša je bil tudi pod-



Novi in stari predsednik. Desno, Franko Pleško

lepih trenutkov v krogu svojih najdražjih. Tudi predsednik društva Zdravko Taškar se je zahvalil podžupanu za obisk, mu čestital za izvolitev in zupanje občanov. Zaželel mu je veliko uspehov tako njemu kot županu in novo izvoljenemu občinskemu vodstvu pri vodenju občine Piran. Za obisk se je zahvalil tudi predstavnici patronažne službe ZD Piran za dobro sodelovanje pri izpeljanih skupnih projektih v letu 2018 v želji po nadaljnjem sodelovanju v prihajajočem letu. Še posebej je čestital jubilantom z besedami: »V veliko čast mi je, da pozdravim vas, jubilate, ki ste v iztekajočem letu praznovali

predsednik brigadirskega kluba Slovenskega Primorja in Istre, ki združuje osem sekcij na Južnem Primorskem, Postojnska sekcija pa je ena od najbolj aktivnih, saj združuje okoli 200 brigadirjev vseh generacij iz Postojnske in Pivške občine, kar nekaj pa jih je zadnje čase umrlo, med njimi B. Turk, M. Lavrič, J. Cestnik in F. Mihelčič. Franka Pleška poznajo brigadirji predvsem po tem, da je očuval brigadirske zastave in da le-te niso končale na smetišču zgodovinskega spomina. Franko Pleško je tudi dolgoletni aktivist, restavrator, predvsem pa vnet in zaprisežen brigadir.

Besedilo in foto, Edvard Progar

Veselo v novo leto

Veseli december se je dotaknil tudi bistriških upokojencev, saj so mu, kot vsako leto, posvetili kar nekaj pozornosti tudi tokrat. Pravzaprav so začeli v novembru, saj je bilo potrebno dogovoriti dogodke, ki bodo zaznamovali slovo od starega leta. Razširjena seja upravnega odbora, ki so ji prisostvovali društveni poverjeniki in prostovoljci programa Starejši za starejše je bila priložnost, da so na kratko ocenili minulo delo in se dogovorili o delu do konca leta in zastavili smernice za naslednje.

Predsednik društva Jože Rolih je pohvalil dosedanja prizadevanja posameznikov in skupin ter izpostavil uspehe športnikov, kulturnikov, prostovoljcev in poverjenikov. Seveda ni mogel izpustiti nekaterih nalog v letu, ki se je komaj začelo, in bodo zahtevale še več prizadevanj za boljše delo na vseh področjih. Kar



Srečanja potekajo v prijateljskem in prisrčnem vzdušju

nekaj organizacijskih zadev bo potrebnih, je poudaril. Ob tem so izkoristili priložnost za predstavitev jubilejne, petindvajsete številke društvenega glasila *Jesenski listi*. Urednik Dimitrij Grlj je opisal prehojeno pot in vsebino, ter se zahvalil vsem dosedanjim sodelavcem, ki jih je bilo v vseh teh letih za kar dve dobri stotnji. Franc Gombač pa je poudaril nekaj najodmevnejših zgodb, pesmi in dogodkov iz posamezne številke. Kako bo v bodoče z listi, se bodo še dogovarjali. Želimo, da listi še živijo in šelestijo tudi naprej. Konec novembra in v začetku decembra so poverjeniki in prostovoljci namenili obiskom vseh upokojenk in upokojencev, starejših od osemdeset let in jim izročili darilce in voščilnico, ki so jo izdelale prostovoljke, z njimi poklepetali in jim voščili novo leto. Da se spodobi veselo zaključiti staro leto in v prijetni družbi zaželeli vse dobro novemu, in vsem ljudem dobre volje, upokojenci vedo že leta. Tudi letos so konec decembra nazdravili in se imeli lepo v prijetni domači gostilni Pek v Dolenjah, se naplesali ob zvokih kar »njihovega« ansambla Snežnik,

prislunhili modrovanju dedka Mraza, ki jih je obiskal tudi tokrat, in voščilo njihovega predsednika. Saj vete, volje in veselja nam ne manjka, so zatrčili!

Besedilo in foto, Franc Gombač



SEVERNA PRIMORSKA

Priznanje ZDUS-a

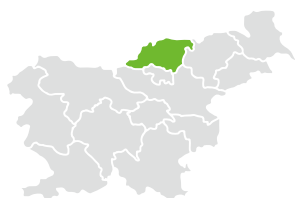
Dne 28.11.2018 je na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani potekal Dan ZDUS (Zveze društev upokojencev Slovenije) in podeljena so bila tudi priznanja za najbolj aktivna Društva upokojencev iz posameznih Pokrajinskih zvez za leto 2018.



Člani DU Kanal s predsednikom Vlade RS Marjanom Šarcem

Iz PZDU Severne Primorske je to priznanje prejelo naše društvo - Društvo upokojencev Kanal. V preddverju dvorane smo se vsa nagrajena društva predstavili z našimi rokodelskimi izdelki. Naša miza z izdelki naših članic je bila zelo obiskana in pohvaljena za izredne izdelke, ki smo jih predstavili. Vsem, ki ste s svojim delom in aktivnostjo v društvu pripomogli k prepoznavnosti našega društva, iskrena hvala.

Besedilo in foto, Franc Komac



KOROŠKA

Elica Čepelnik in njenih trideset let na čelu pohodništva

Vsako leto je treba ob koncu leta narediti inventuro dela, med tem pa se najde tudi kakšen podatek, ki je med letom ušel iz evidence, pa ne bi smel. Kup takšnih podatkov je vsestranska aktivnost naše čile osemdesetletnice Elice Čepelnik. Že od mladih nog je bila dejavna na več področjih športnega udejstvovanja. Med drugimi je bila velika ljubiteljica planin, aktivna telovadka pri TVD Partizan, smučarka, kegljačica in še kaj bi se našlo.



Za vse svoje aktivnosti je prejela tudi ogromno priznanj, odlikovanj in plaket, katere tudi z žarom v očeh in s ponosom pokaže. Pri svojih osemdesetih letih je še vedno aktivna pohodnica s tem, da je vodenje pohodništva pred kratkim predala mlajši, tudi večletni pohodnici. Povedati je treba, da Elica ni samo športnica, temveč je tudi zelo aktivna prostovoljka pri programu Starejši za starejše za višjo kakovost življenja doma

pri DU Prevalje. Tudi v tem programu sodeluje vse od leta vključitve društva upokojencev v program, to je od leta 2006. Ko sem Elico vprašal, kako se počuti v družbi svojih prijateljic na pohodih ali pri delu na terenu kot prostovoljka, me je malo hudomušno pogledala in mi dejala: »Veš, to so pa občutki, ki jih je težko povedati tako na pamet, preveč je v tem delu tudi čustev, zato sem ti, če dovoliš, kar sama v miru opisala svoje občutenje.« In kakšni so Eličini spomini in občutki naj vam predstavim v izvirniku izjave gospe Elice:

»Letos mineva natanko trideset let od začetkov našega pohodništva. Takrat pohodništvo še ni bilo v navadi, kakor je danes. Upokojenke, devet nas je bilo, ki smo si zaželele nekaj, kar bi nam bilo v veselje, istočasno pa koristno za dušo in telo. Dogovorile smo se, da si doma izborimo en dan v tednu, ki bo samo naš. Začele smo s sprehodi in pohodi v naravo. Velikokrat smo bile tarče obrekljivk, ki so nam očitale, da smo lene, da samo pohajkujemo, da nam ni treba delati doma. Vse takšne opazke so nam šle pri enem ušesu noter pri drugem ven, brez, da bi se ozirale na besede, ki smo jih slišale. Ob lepem druženju so nam minevala leta. Skupina se je povečevala, z leti pa tudi (po) starala. Nekatero starejšo so omagale. Pridružilo se nam je vse več novih, ne bom rekla mladih. Kajti vse smo bile upokojenke, po srcu vsekakor še zelo mlade. Iz te naše vztrajnosti je nastala tradicija, da se dobivamo vsako sredo poleti ob štirih popoldan v zimskem času pa ob dveh popoldan. Veliko pa je bilo sred, ko smo si vzele cel dan za kakšen daljši pohod in ogled kaj zelo lepega. Ta naša skupina enkrat tedensko prehodi od osem do deset kilometrov. So bili pa tudi dnevi, ko smo naredili po dvajset in več kilometrov. Prehodile smo bližnje in daljno okolic, organizirale razna praznovanja, od praznovanj rojstnih dni, zaključkov sezone in novoletnih praznovanj. Najbolj me veseli to, da se pohodi nadaljujejo z mlajšo generacijo. Starost je lepa, ne glede na leta. Zrela leta so najlepša leta, če jih preživljaš skupaj s skupino, zato se imamo fino. Vse steze, grape, grički in griči, bližnji in daljni so nam že dolgo poznani, a jih še vedno znova in znova doživljamo in občudujemo. Ne dež, ne mraz, ne zima nas ne ustavi, naši so vsi letni časi. Jesen nam ponuja bogat pogled na obložena sadna drevesa, pridelkov polja, spreminjanje barv v tisoče odtenkov, šumenja listja pod nogami in na počasno pripravo na zimo. Zima nam ne jemlje pogumom, saj se znamo poveseliti v zimski idili. Občudujemo smreke, ki se priklanajo od teže snega, male smrečice pa so kot palčki z belimi klobučki. Pa pride pomlad, ko se narava prebuja, prebujamo se tudi upokojenke. Toplo sonce, zeleni travniki, prve cvetice, kukavica zapoje. Vse to nam daje lep občutek, da smo še tu. Nato pride poletje, vedno bolj vroče postaja, naš korak se malo poleni, zato nas popelje v

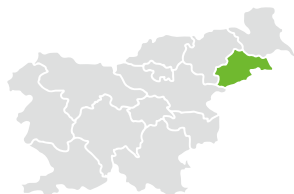
krajše počitnice. To so naši doživljaji v vseh letnih časih in s tem si napolnimo baterije za ponovno jesensko pohajkovanje in nove doživljaje. Marsikdaj so dogodki primerni in vredni prisrčnega nasmeha, kot na primer napetost v električnem pastirju, ki ti da pospeška, srečaš čredo konj, ki jih ne poznaš, pripomore pa k hitrejšemu koraku. Kdor ne pozna konjskega nasmeha, je veliko zamudil v življenju. Zgodi se, da kakšno stezo z namenom, da bomo pot skrajšali, krepko podaljšamo in nič čudnega, da se dogodi, da ko te pokliče narava na svojo potrebo, poskrbi za ščegetanje kopriv po zadnji plati.

To so doživljaji, ki so bili deležni veliko smeha in dobre volje. Trideset let je doba, ki je ni za zanemariti, prehodile smo nekaj tisoč kilometrov, raztrgale nič koliko parov čevljev, vedno pa z zavestjo, da smo članice Društva upokojencev Prevalje. Prav toliko let pa deluje tudi sekcija rekreatork, ki šteje okrog petdeset udeleženk, včasih katera manj včasih več, pa ni važno.

Nič koliko lepih ur je vloženi v naše delo. Zagotovo bomo to še nadaljevale, dokler nam bo dovoljevalo zdravje.« je še dodala naša neutrudna članica DU Prevalje.

Povedati je treba, da je Elica ne samo pohodnica, temveč je prav toliko let vodila tudi telovadbo in rekreacijo pri DU Prevalje. Vedno je ustvarjala razpoloženje, ki je privlačilo veliko število udeležencev in članov sekcij. Spoštovana Elica, glede na to, da boste v kratkem praznovali novo rojstno dnevno slavlje, vam najiskrenejše čestitam za vaš praznik, želimo vam še naprej takšno voljo in sreče v življenju.

Besedilo in foto, Alojz Ovnič



SPODNJE PODRAVJE

DU Žetale deluje že 25 let

Društvo upokojencev Žetale uspešno deluje že 25 let. Ustanovljeno je bilo 27. novembra 1993. V počastitev tega pomembnega jubileja je bila v soboto, 10. novembra, v Večnamenski dvorani Žetale slavnostna seja Društva upokojencev Žetale, ki se jo je udeležilo 60 članov DU Žetale in vabljeni gostje.

Vabilu so se odzvali župan občine Žetale Anton Butolen, podpredsednik Pokrajinske zveze društev upokojencev Spodnjega Podravja in predstavniki društev DU Majšperk, DU Podlehnik,



Pevke DU Žetale na otvoritvi prvega javnega vodovoda v občini Žetale leta 2000

PGD Žetale, Strojni krožek Žetalanec in Društvo podeželskih žena Žetale. Po odpeti Zdravljici iz grl moškega pevskega zbora KD Žetale je prisotne pozdravil predsednik DU Žetale Filip Režek, ki je na kratko orisal delovanje društva v preteklih 25 letih. Na predlog voditelja slavnostne seje Jožeta Krivca so prisotni počastili spomin na vse preminule člane DU Žetale z minuto molka. V imenu Pokrajinske zveze društev upokojencev Spodnjega Podravja je izrekel pozdravne besede podpredsednik zveze. Slavnostni govornik na prireditvi je bil župan občine Žetale Anton Butolen, ki je DU Žetale čestital za opravljeno delo v preteklih letih. V nadaljevanju slavnostne seje so bila podeljena jubilejna priznanja DU Žetale, ki so jih prejeli: Marija Žerak, prva predsednica DU Žetale v letih 1993–1997, Stanislav Vogrinc, dolgoletni predsednik DU Žetale v letih 2003–2014, Viktor Žerak, član UO DU Žetale in dolgoletni blagajnik DU Žetale, Tončka Stres, ustanovna članica DU Žetale, članica UO, blagajničarka in predsednica Častnega razsodišča, Marija Vogrinc, ustanovna članica UO in blagajničarka društva, Terezija in Jože Rodošek, ustanovna člana DU Žetale, Danica Žerak, ustanovna članica DU Žetale in članica UO več mandatov, Eva Butolen, ustanovna članica DU Žetale in članica Častnega razsodišča, Anton Bele, ustanovni član DU Žetale in član UO v več mandatih, Jože Krivec, tajnik DU Žetale. Priznanja za dolgoletno delo in sodelovanje pa so prejeli: Občina Žetale, za dolgoletno sodelovanje in vsestransko pomoč, Osnovna šola Žetale, za dolgoletno sodelovanje in vsestransko pomoč, Marjan Skok, lastnik restavracije Gastro za dolgoletno sodelovanje in Anton Butolen, župan občine Žetale za dolgoletno sodelovanje. V prisrčnem kulturnem programu so nastopili učenci OŠ Žetale pod mentorskim vodstvom učiteljic Marije Skok in Jožice Prevolšek, Moški pevski zbor KD Žetale pod vodstvom Silva Potočnika in kvartet Dobrinček. Po končani slavnostni seji je sledilo družabno srečanje, ki se je v nadaljevanju prevesilo v veselo Martinovanje, na katerem je za ples igral harmonikar Jože Korez.

Besedilo in foto, Jože Krivec



ŠALEŠKA

Za slovo od Cankarjevega doma

Kot smo v jesenskih izdajah naše revije že poročali, so v okviru 18. Festivala za tretje življenjsko obdobje organizatorji že prvega dne, 1. oktobra, pripravili poleg obsežne palete prireditev, predstavitev in sejemske ponudbe različnih storitev, izobraževalnih možnosti, preventivno zdravstvene možnosti, »vse« za zdravo in dolgo življenje ter sredi popoldneva še zabavno parado, 10. Večer pesmi in plesa, o čemer smo posvetili nekaj več prostora z nameranim zamikom.

Linhartova dvorana je bila zapolnjena do zadnjega sedeža, a le malo je bilo gostov iz obiska sejmskih prireditev in nasprotno; le malo nastopajočih si je lahko v miru ogledalo zanimive stojnice, nastope v treh etažah ter koristne delavnice prvega dne festivala, saj so imeli že dve uri pred nastopom vroče vaje, pripravljali so se v garderobah v podprtiličju osrednjega slovenske-



Podkrajski fantje s citrarko Urško Vedenik so navdušili v Cankarjevem domu v Ljubljani

ga kulturnega hrama. Tako velika »mašinerija«, ki je imela menda namen, da so si nastopajoči ogledali zelo prijetno nastopanje drug drugega, je pretežno na stroške društev upokojencev, pokrajinskih zvez, krovne organizacije in kulturnikov ter glasbenikov, tako ni bila odprta širšemu slovenskemu prostoru. Dilema, kako naprej, da bi si ogledalo program nastopajočih več drugih gostov ter da na prireditvenem dnevu in festivalskem prostoru ne bi bilo tako neizmerne gneče, ki ni nikomur kaj prida koristila, je obvisela v zraku tudi naslednjega dne, ko se je podobno dogajalo na srečanju pevskih zborov DU Slovenije. Za takšne okoliščine in vzdušje, ko si nastopajoči člani skupin in zborov sploh niso mogli ogledati sejemske in druge ponudbe, saj se je prireditveni prostor izpraznil hkrati z zaključkom nastopov, člani kulturniških skupin niso bili krivi, so pa občutili nelagodje, saj so prišli iz vseh krajev Slovenije zgolj da nastopijo z dokaj izpiljenimi glasbenimi, pevsкими in plesnimi nastopi.

Ob pozdravnem nagovoru predsednika ZDUS Slovenije Janeza Sušnika je bilo slišati pohvale za vse vloženo delo ob vajah in nastopih na področnih revijah in izborih ter o pomenu ohranjanja ljudske kulture in običajev, ki bogatijo našo deželo in Slovence kot narod veselih ljudi. Na jubilejnem večeru pesmi in plesov so uvodoma nastopili Pevski zbor DU Metlika in mladi folkloristi OŠ iz Metlike. »Ob Kolpi sem jaz doma« ter še nekatere druge so simpatično uprizorili kot metliško obredje. Za njimi se je izkazala Vokalna skupina pevk ljudskih pesmi Marice iz DU Maribor center s kar štirimi ljudskimi in ponarodelimi pesmimi po izboru mentorice Sonje Volarič. »Še kiclo prodala bom« pa so po slovesu »škrtih« Gorenjcev odplesali in odpeli plesalci FS Komenda ter z odra dvignili domala ves prah. Da so obiskovalci malce zadihali, so organizatorji podelili tri nagrade za najboljša likovna dela, predstavljena v Izoli 2018. Prejeli so jih Lidija Gruntar, Ida Kocjančič ter Zvonka Pacek. S pesmimi dekletom so se postavili člani MoPZ DU Bertoki Prade, zbor pa je poznavalsko vodil Jari Jarc. Za jesen so pripravili »Vesele jesenske pesmi s Trnovoga« članice in člani MePZ DU Trnovo z vodjo Dragico Slak, nakar se je na dolgo razgovoril Ivan Šega, kot nekakšen slavnostni govornik, ki pa je največ povedal le o sebi. Še dobro, da ga je predsednik ZDUS Janez Sušnik opomnil, da večer ni bil namenjen le njegovemu nastopu. A je nato FS Oštarija iz DU Bočna pri Gornjem Gradu z izkušenim vodjem in prekaljenim folkloristom Janezom Oštirjem opravila »gostilniške« in spet dvignila vzdušje med gledalci. Po ljudskih pevkah Mavrica iz DU Kočevje, ki so jagali in polharili, pa so

predstavniki ZDUS-a podelili nagrade najboljšim trem ustvarjalcam novoletnih voščilnic. Dragici Centrih iz DU Malečnik, Bredi Jamar iz DU Bled ter Ireni Praprotnik iz DU Slovenj Gradec. Prav dobro pa je nato del glasbeni vložek, ki so ga izvedli Podkrajski fantje s citrarko Urško Vedenik pod naslovom Nekoč v starih časih. Številno občinstvo je kar ječalo od ugodja, saj so ob Urškinih strunah fantje ubrano odpeli »Ko fantje zjutraj«, »S Triglavskega veter pogorja« ter »Nekoč v starih časih« pod umetniškim vodstvom Tomaža Tozona. Če bi bil to nežen zaključek zares izjemnih nastopov slovenskih upokojencev, ne bi prireditvi manjkalo prav nič. A je sledil dooooolg nastop že znanih prijateljev Cankarjevega doma in F3ŽO iz Zveze društev upokojencev Makedonije – ZDUM KUD »DALGI« iz Ohrida in Debrce, ter nato še izjemen splet Makedonskih svatbenih plesov DU Solidarnost - Aerodrom iz Skopja. S »Svatbo, Povardarskim orom ter Osogovka orom« so zaključili svoj več kot polurni nastop, ki je prikazal izjemno umetniško predstavitev ljudskih in folklornih pesmi, plesov in nacionalne identitete Makedoncev. Organizatorjem tega večera, ki se je odvijal sredi popoldneva (!) ter vsem nastopajočim ni reči kaj drugega kot en velik hvala in priznanje za prikazano. To bogastvo vaj, odrekovanja in umetniške zrelosti naj ostaja bogata kulturno-umetniška zakladnica in ljudsko bogastvo mlajšim rodovom, ki se sedaj seli na novo, samostojno pot, na Gospodarsko razstavišče v organizaciji Zveze društev upokojencev Slovenije že letošnjega maja.

Besedilo in foto, Jože Miklavc

5. Mednarodni festival vezenja – Velenje 2018

Osrednja tema festivala petih držav je bil **POVŠTER**

V Rdeči dvorani v Velenju so v oktobru pripravili peti bienalni festival vezenja s posebno poudarjeno temo – POVŠTER. Blazine, vzglavniki so uporabni za različne namene, čeprav temeljno za počivanje in spanje, a v narodni kulturi in etnologiji predstavljajo posebno izročilo, pa tudi še v teh modernih časih izziv kot dodatki za opremo bivalnih prostorov, predvsem spalnic in dnevnih sob.

Iz različnih materialov in tkanin, zelo raznovrstnih polnil, celo v zdravilne namene ter z izjemno bogatimi vzorci tiskanega ali



Dr. Margareta Atelšek je prikazala izvezene motive za povštre prtičke in zavese



Zadovoljne »mojškre« ob svojih razstavljenih povštrih.

tkanega blaga ter dekorativnimi poslikavami z veziljsko tehniko so lahko za etnografsko raziskovalne namene ter zbirke pravi izziv. Na festivalu, ki so ga organizirali Univerza za tretje življenjsko obdobje Šaleške doline Velenje s številnimi članicami DU Šaleške doline, MO Velenje ter Muzej Velenje, je pomembno mesto pri organizaciji in strokovnem delu tudi tokrat imela vodja veziljskega krožka Slovenske ljudske vezenine, Jožica Grobelnik iz Črnove pri Velenju, ki je na tej razstavi vsakič nepogrešljiva. Sodelovale pa so tudi vezilje in klekljarice s področja občin Šoštanj ter Rečica in Ljubno ob Savinji z razstavo izvezenih povštrov ter drugih vezenih izdelkov, a tudi z odzivnim obiskom. Prav tako pa so na festivalu vezenja z izven tematsko razstavo sodelovale članice oblikovanja v plastiki skupine *Gambatte* z izjemno paleto razstavljenih izdelkov, replik osebnih predmetov in detajlov obutve ali obleke. Festivala so se udeležile poleg naše dežele gostiteljice še Francija, Srbija, Italija in Nemčija. Uvodni promenaadni koncert so pripravili člani Godbe Univerze za tretje življenjsko obdobje Velenje, Šaleška folklorna skupina društva Koleda ter Plesno rekreativni studio M-dance Velenje s plesalkami flamenka. Obsežna razstava vezenin je bila odprta dva dneva, med ogledi pa številne izmenjave, druženje in spoznavanje različnih kultur na področju vezilstva in držav razstavljavk. Kako različni smo si ljudje, narodi in narodnosti najbolje priča kultura in v tem primeru veziljske tehnike in motivika. Prav o motiviki vezenin na slovenskem je drugega dne festivala opravil zanimivo predavanje naš priznani etnolog in strokovnjak za oblačilno kulturo in vezenje dr. Bojan Knific.

Besedilo in foto, Jože Miklavc



ZASAVSKA

Medgeneracijska srečanja programa Starejši za starejše Tako, za nami je prvo izmed mnogih medgeneracijskih srečanj vseh udeleženi v programu Starejši za starejše iz področja občine Hrastnik. Ideja o drugačnih oblikah srečanj in druženj se je razvijala že leta, končno pa nam je z vztrajnostjo ter poslušhom župana občine in direktorja MC Hrastnik uspelo.

S pomočjo donatorjev smo priskrbeli vse potrebne rekvizite, karte, miselne in razvedrilne iger. Prostovoljci in udeleženci srečanja pa smo poskrbeli za polno dobre volje in idej, kako naša druženja nadgrajevati. Ob načrtovanju prihodnjih srečanj nam je stal ob strani tudi Jani Medvešek, direktor MC, ki je ponudil pomoč pri izvedbah tombole in reševanju težav pri bolj moderni tehniki, npr. pri uporabi pametnih telefonov in uporabi računalnikov.



Verjamem in vem, da so v Hrastniku dobri in prijazni ljudje, ki lahko z majhnimi pozornostmi polepšajo dan drug drugemu, in da z malo pozitivne »knapovske« trme lahko dosežemo še več. Ponosna in vesela sem za vse, kar smo na programu Starejši za starejše naredili do sedaj in vem, da je lahko s časoma samo še boljše. Zato vabljeni na naša srečanja, ki potekajo vsak četrtek od 9.00 do 11.00 ure v prostorih Mladinskega centra Hrastnik. Veseli bomo vseh vaših pobud in predlogov. Prva novost je že potrjena – tombola! Ta bo vsak prvi četrtek v mesecu.

Se vidimo!

Besedilo in foto, Jerica Laznik

6. 1.–15. 2.
3. 3.–19. 4.

Že od 53 €
na osebo/noč

From 53 €
per person/night

**Thermana
vas razvaja**

Thermana
pampers you



Slovenski starodobni smučarji že na smučeh

Da se je pred dvema desetletjema ponovno razmahnil šport z obujanjem starodobnega smučanja na Slovenskem, smo v decembrski številki 12 že poročali in napovedali novo rubriko spremljanja dogodkov in srečanj smučanja po starem v Sloveniji v zimski sezoni 2019.

Zato najprej nekaj podatkov o znanih društvih, klubih in skupinah, ki delujejo v nekaterih slikovitih krajih v Sloveniji: v Predmeji na Krasu, v Bovcu oz. pod Kaninom, v Logatcu, v Kropi, v Škofji Loki, v Trziču, na Cerknem, v Kamniku, na Bočni pri Gornjem Gradu, v Mozirju pod Goltemi, v Gaberkah v povezavi s Kopami nad Slovenj Gradcem ter celo v Juršincih v Slovenskih Goricah, kjer so najnižji griči. Zagotovo deluje še več teh skupin, ki jih bomo skozi naše poročanje dopolnjevali, predstavili in tako do prihodnje zimske sezone sestavili boljši pregled. Navezali bomo stik in predstavili nekatere najbolj zagrete organizatorje, prireditelje, ikone smučanja po starem in razne zanimivosti. Oprema, tehnika



V sprevodu dobre volje na smučišče s starimi škijami



Volnene jopice in lesene medalje starsvetnih smučark

in načini smučanja s starimi smučmi se v Sloveniji precej razlikujejo, zato so srečanja, tekmovanja in druženje izjemnega pomena ter imajo veliko etnografsko in kulturno vsebino. Ja, pa tudi športnost, rekreacija in sodelovanje starejše generacije z mladimi, torej medgeneracijsko sodelovanje je pomembno, da se ohrani dragocena smučarsko zimska oprema in tehnike smučanja. Ker smo nekaj malega o zgodovini smučanja na Slovenskem, ki je povezana s skandinavskimi deželami, celo medvojno okupacijo naše dežele, vlogo smučanja tako med okupatorji in osvoboditelji med

NOB, že zapisali, se bo o nedavni zgodovini tega izročila poročanje nadaljevalo ob spremljanju posameznih dogodkov, ki si bodo sledili po v naprej dogovorjenem in koordiniranem urniku. Ker nepredvidljive zimske razmere pri nas pogostokrat krojijo usodo teh srečanj, prihaja do prestavitve terminov, celo ukinitve srečanj, a tudi prestavitve kraja dogajanja, kjer so zadostne snežne razmere in kjer predstavniki občin, društev in zimskih centrov pomagajo pri izvedbi prireditev, ki nikakor ne morejo biti le ekonomska kategorija teh malih in društev ali celo le skupin intuziastov. Kot smo izvedeli ob zaključku redakcije, bi naj eden izmed organizatorjev nekega zimsko turističnega centra, kjer so do sedaj prirejali slikovito, reklamno privlačno srečanje starodobnih smučarjev, zaribal visoko najemnino postavitve smučarske proge s fiziološkimi in zastavicami iz rdečega blaga, zavarovanje proge ter uporabo smučišč in žičniških naprav. Razumljivo je, da se ob takšnih pogojih dogodek skoraj ne more organizirati, škodo pa utrpijo oboji. Za zaključek naj napovemo še predvidena tekmovalna srečanja v prvih dveh mesecih. Na Kropi bi naj bilo že 12. januarja, v Logatcu 2. februarja, na Predmeji 8. februarja, dan za tem med Rovtarji v Škofji Loki, 16. v Bočni s Podmeninskimi gadi, 24. februarja v Cerknem med bloškimi smučarji ter z Old smučarji Kulturnice Gaberke pri Šoštanju na Kopah 3. marca. Na naslov izdajatelja revije ZDUS Plus pa bi bila dobrodošla vabila za prireditve, ker bi se tako lažje dogovarjali za pokrivanje dogodkov in poročanje o njih v skladu z načrti izdajatelja Zveze društev upokojencev Slovenije (ZDUS).

Besedilo in foto, Jože Miklavc

Kegljanje

Čestitkam za lep uspeh mladih kegljačev, ki sta osvojila naslov državnih kadetskih prvakov, se je pridružil tudi pisec športne knjige *Vse o športu*, Edvard Progar, ki je mlada kegljača Natašo Radič in Denisa Pašiča ter predsednika kluba Ernesta Margona povabil v svoj dom in jim s posvetilom podaril omenjeno knjigo. Naj še dodamo, da se je tudi Edvard Progar vrsto let posvečal kegljanju in bil tudi med ustanovitelji kegljaškega kluba Proteus in tudi pred 60 leti nastopal za Postojnsko ekipo na prvem srečanju Postojne z Vipavo, zanimivo, skupaj z Darkom Bizjakom, ki bo v kratkem slavil 50 letnico velikih uspehov in predanega delovanja v kegljaškem športu.

Športno društvo »EPIC« Postojna

Turnir za državno prvenstvo

V Trebnjem so pripravili prvi turnir v taroku za državno prvenstvo posameznikov, kjer je naslov državnega prvaka branil Kranjčan Bojan Makovec. Nastopilo je kar 18 igralcev in igralk iz 22 društev, med katerimi je bilo kar 18 žensk, največ iz Kranja in Črne na Koroškem.

Zmago je slavil prekaljeni igralec Fikret Lakič iz EMO Ljubljana, ki je edini zmagal v vseh petih krogih. Na drugo mesto se je uvrstil Samo Cobelj iz TDP, tretji pa je bil Zoran Majcen iz TKM. Najboljša med igralkami je bila Jeričeva iz MEL, ki je osvojila 47 mesto. Najboljši med igralci iz Primorsko notranjske PZDU pa je bil Jakopič iz Pirana, ki je osvojil 21. mesto. Drugi turnir je bil pred tednom

dni v Rimskih Toplicah, o rezultatih pa bomo poročali v februarški številki. Zanimivo je, da je bilo tokrat kar nekaj prestopov. Odličen postojnski igravec, sicer Novogoričan Alojz Markič, je skupaj z Bojanom Humarjem prestopil h Kočevskemu klubu.

V Postojni prvi Markič

Postojnsko športno društvo Epic je v hotelu Epic izvedlo prvi turnir v taroku v okviru 14 tradicionalnega klubskega prvenstva, naslov najboljšega pa je branil Bojan Humar. Nastopilo je devet igralcev, zmagal pa je Alojz Markič.

Izmed devetih prijavljenih tekmovalcev so se za zmagovalcem uvrstili Bojan Humar, tretje mesto pa je osvojil Henrik Semenič iz Vipave. Sledijo M. Kraševac – Cerknica, pa Lekšan, Stegel itd. Z minuto molka smo se spomnili preminulega člana kluba Epic, Maksa Dolenca, ki je bil dvakratni zmagovalac odprtega prvenstva Primorsko Notranjske regije v letih 2005 in 2006. Sočasno je potekal tudi 16. upokojenski turnir, ki ga je pripravilo Postojnsko DU, naslov pa je branil Edvard Progar. Nastopilo je 12 igralcev, zmagovalac, Slavko Milavec iz Studenega, je uspel zbrati tako kot Progar šest točk, po sedmem krogu pa zdaj v skupnem seštevku vodi Miran Grmek.

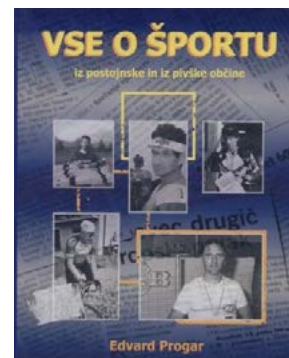
Športno društvo »**EPIC**« Postojna

Vse o športu

Športno knjigo Vse o športu«, ki jo je napisal Edvard Progar in je na 385 straneh ter v 1100 slikah opisana zgodovina športa v Postojnski in Pivški občini iz katere so izšli najboljši slovenski športniki ki so tudi na naslovni strani ki

jo je oblikovala Beti Bricelj, kot so: Rajmond Debevec o njem je tudi največ napisanega, saj v mednarodnem merilu sodi v sam vrh slovenskega športa, pa Darko Bizjak kegljaški svetovni prvak, ki je pred kratkim obhajal 70 letnico in 50 letnico kegljanja, pa Borut Bilač Rudi Valenčič in Jože Požar.

Knjigo Vse o športu je prejelo že 250 znanih Slovencev. Zadnji v plejadi številnih jo je iz rok avtorja prejel operni pevec in vrhunski poznavalec svetovnega nogometa Juan Vasle, predsednik nogometne zveze Radenko Mijatović, Aleš Remih, Janez Sodrznik, dva mlada državna kegljaška prvaka iz Pivke in številni drugi. Že prej pa so knjigo prejeli številni znani športniki kot, Zlatko Dedić, Robert Kranjec, Peter Vilfan, Peter Mankoč, Miro Cerar st. vnuk Rudolfa Cvetka Aleksander Cvetko, Franci Pintar, in Veselka Pevec. Športno zgodovino na Postojnskem in Pivškem pa listajo tudi politiki. Igor Lukšič, Janez Stanovnik, M. Kožuh Novak, Alenka Bratušek, Danilo Turk, Milan Kučan in Zoran Jankovič. Pa tudi kulturniki in estradniki. Vlado Kreslin, Milena Miklavčič, Drago Mislej, Artur Štern, pa novinarji. Branko Soban, Branko Vekić, Špela Močnik, David Urankar, Ana Tavčar in mnogi drugi. Knjigo je mogoče naročiti na naslovu: Edvard Progar, Kosovelova 8 e Postojna, tel.041 656 275, po simbolični ceni 10 evrov.



Športno društvo »**EPIC**«

EVROPSKO PISMO

Spoštovane in spoštovani

Ob začetku novega leta vam iz srca želim zdravo, srečno in kolikor se da pravljično novo leto, leto ki naj bo v znamenju vseh in vsakogar, leto družbe, ki ne bo pozabila, da je sestavljena iz mnogoterih skupin, ne le »večno mladih«.

Prejšnje leto bi morali zaključiti v duhu sodelovanja in miru, ne le pri nas, temveč tudi v širši domovini Evropi, vendar nas je vse ponovno presenetil tragični dogodek iz Strasbourga v času božičnega sejma. Tedaj se zaveš, da je varnost velik privilegij in pomembna vrednota ter kako krhek je lahko mir. Mir je kot plaha ptica in ne rani je samo bajonet, temveč tudi beseda. Tega se včasih premalo zavedamo, posebej še, ko ne pazimo na besede, ki sejejo sovraštvo. Zavržno pa je zlorabljeni take dogodke za netenje novega sovraštva in ustvarjanje ozračja nestrpnosti, saj sovraštvo rodi sovraštvo, nasilje rodi nasilje.

Ta dogodek je tudi opozorilo, kako hitro se ustvarja polje diskriminacije, tudi na podlagi različnosti v lastnostih, potrebah, zmožnostih, kar družbo pelje daleč stran od solidarnosti in sožitja ter ustvarjalnega

sobivanja. Prav hitro se lahko zgodi, da se ustvarja vedno nove skupine, na katere se kaže kot na krivce za slabše stanje v družbi, ovire pri razvoju. Skrajni čas je, da vnesemo v družbo več optimizma, pozitivnih misli, več volje za medgeneracijsko in siceršnje sodelovanje. Izključitev katerekoli od družbenih skupin ima dolgoročno slabe posledice za družbo in lahko ustvarja ne samo različne ravno neenakopravnosti ampak se sčasoma poruši tudi sistem vrednot, na katerih mora temeljiti zdrava in zrela družba. Zato je tudi prav, da v tem letu opozorimo na izzive starejših in staranja, še zlasti naj bo to leto glasnega in tudi (u)slisanega boja proti staromrzištvu. Kot je dejala dr. Jožica Puhar na naši konferenci o položaju starejših oktobra lani: »Starejši nismo enotna brezoblična masa, smo ljudje, različni v svoji individualnosti. Smo osebe in tako bi nas morali opredeljevati. Biti moramo sami svoji zagovorniki in zagovorniki svojih pravic. Ne moremo pričakovati, da nas bodo zagovarjali drugi, zato moramo sami dvigniti svoj glas. Zahtevamo enakost obravnave in dostop do vsega, kar je družbi omogočeno,



tudi drugim generacijam in skupinam.« Tudi zato vedno opozarjam na pravice starejših in izzive staranja in vem, da bo leto 2019 leto, ko bo glas starejših zopet postal slisan. Slišan glas ima lahko veliko moč, ampak pomembna bodo predvsem dejanja. Predvsem pa smo skupaj močnejši!

Dr. Igor Šoltes

VELOSOLEX

Tokrat pa nekaj iz prve roke! Izpod mojega peresa in mojih prstov. Ko sem leta 1966 začel obiskovati gimnazijo, sem prosil starše, ali bi mi kupili moped?! Nak, mopeda nikakor ne, ker sem premlad, Solexa pa že. Saj, če ti zmanjka goriva, z dvizno ročico preprosto dvigneš motor in kolo s pomožnim motorjem postane običajno kolo. Od takrat naprej, torej že več kot petdeset let, sem ljubitelj Solexov, in v svoji zbirki imam kar tri. Zadnjega sem restavriral to poletje in s priloženih fotografij je razvidno, kakšen je danes ta, 55 let star, »večni mladenič«!

VéloSolex je kolo z motorjem ali velociped, posebno kolo in poseben motor, ki ga nikakor ne smemo enačiti z mopedom. VéloSolex je nastal v bližini Pariza v mestecu Courbevoieju v tovarni, v kateri so prvotno izdelovali uplinjače za motorna vozila. Tovarna je izdelovala tudi centrifugalne radiatorje in mikrometre, preden so se lotili še proizvodnje koles in popularnih Solexov. Kolo s pomožnim motorjem je bil razvit tik pred začetkom 2. svetovne vojne, masovno proizvodnjo pa je doživel v letih 1946 in naslednja štiri desetletja navduševal številne generacije po vsem svetu. Ves čas je agregat praktično ostajal nespremenjen, torej pogon z valjčkom na sprednjem kolesu velocipeda in s kar najbolj



Pred obnovo



Obnovljen

preprosto zasnovano agregata. Oglaševali so ga kot **kolo, ki vozi samo** (la bicyclette qui roule toute seule). Solex je na mah osvojil šolarje, dijake in študente, delavce, pa tudi v akademske in umetniške kroge je prodril zaradi svoje edinstvenosti. VéloSolex je bil ves čas v lasti Dassaulta, Renaulta in Motobécane in samo slednji, ker je bil ekskluzivni proizvajalec lahkih motornih koles, nekako kot Tomos pri nas, je prodal več kot 7 milijonov »motorčkov« po vsem svetu, preden je leta 1988 v Franciji ukinil proizvodnjo. Gotovo se spominjate, da so Solexe v letih 1966–1968 sestavljali tudi pri nas, in sicer v Subotički tovarni FBP (Fabrika bicikla Partizan), vendar so lastniki tovarni odvzeli proizvodno licenco zaradi slabe izdelave. Kakorkoli že, največ ohranjenih in še voznih velocipedov je pri

nas prav iz takratnega časa, torej med leti 1966 in 1968.

V popularni kulturi

Pisatelj **Primo Levi** v eni od avtobiografskih kratkih zgodb v svoji zbirki The Periodic Table pravi, da bi lahko zamenjal svojega VéloSolexa, če bi mu uspelo skleniti posel s proizvajalcem kozmetike.

V petdesetih in zgodnjih šestdesetih letih je bil v Franciji (pa tudi drugod) zelo popularen filmski komik **Jacques Tati**, ki se je v vsakem filmu vozil naokoli z Velosolexom. Ameriški filmski igralec **Steve Mac Queen** je bil znan kot ljubitelj hitrosti. Ko je v Franciji snemal film z naslovom 24 ur Le Mansa se je tako navdušil nad Solexi, da je postal njihov nesojeni »ambasador«.

Besedilo in foto, Črt Kanoni

Nikoli ne vemo, kdaj bomo potrebni pomoči, kdaj se bomo srečali z osamljenostjo, boleznijo, nasiljem, izkoriščanjem ... Ali poznate naš moto, moto programa Starejši za starejše?

DANES POMAGAM JAZ TEBI – JUTRI BO KDO MLAJŠI POMAGAL MENI!

Si želite deliti svoj čas, energijo, dobro voljo, znanje in izkušnje? Bi se pridružili stopinjam 3.500 prostovoljk in prostovoljcev. Stopite do tistega, ki je pomoči potreben. Mnogi med vami to že počnete, lažje in morda bolj učinkovito pa bi s tem lahko nadaljevali z vključitvijo v Program Starejši za starejše.

Program zagotavlja strokovno, informacijsko, organizacijsko in finančno podporo:

- izobraževanja - uvodno in redno letno, o temah, ki zanimajo vas,
- usposabljanja za koordinatorje programa in prostovoljce ter uvodno računalniško usposabljanje v hotelu Delfin v Izoli,
- povračilo zagonskih sredstev za začetek delovanja,
- vključitev v nezgodno zavarovanje za primer nesreče na terenu,
- pomoči pri opremljanju z delovnimi sredstvi,
- kartica prostovoljca, ki lahko služi kot identifikacijska, »osebna« izkaznica, in deluje kot bančna kartica in kartica ugodnosti,

- povračilo potnih stroškov, ki nastanejo z delovanjem v okviru programa,

- letno srečanje prostovoljcev programa,
- podpora z dotacijami, ki se izplačajo v skladu s sprejetim programom in opravljenim delom.

Kakovost programa je prepoznal tudi Evropski parlament, ki mu je leta 2017 dodelil naziv Državljan Evrope, ustvarjamo pa ga posamezniki - prostovoljci.

Ne odlašajte, pridružite se in postanite del nepogrešljive, ponosne ekipe, ki se imenuje KOORDINATOR IN PROSTOVOLJCI DRUŠTVA. PRIDRUŽITE SE – SKUPAJ SMO MOČNEJŠI!

Obiščite nas na spletni strani www.zdus-zveza.si

Pokličite 01 515 52 41 ali 051 442 496.

Pišite nam na starejsi@zdus-zveza.si



Oddih v veseli družabi, hotel Delfin*** Izola

UPOKOJENCI	16. 2.–28. 3.	29. 3.–18. 4.
Polni penzion	47 €	49 €
Polpenzion	41 €	43 €

OSTALI GOSTJE

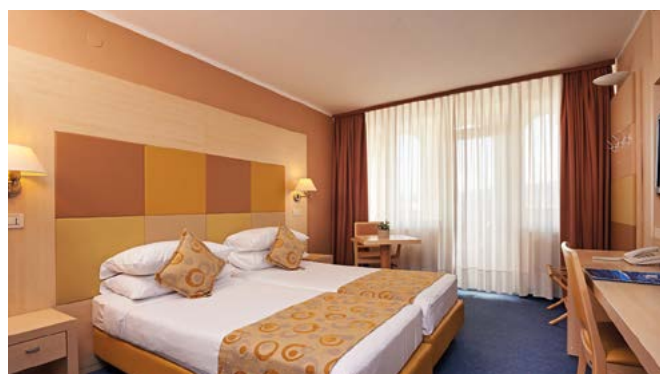
Polni penzion	52 €	54 €
Polpenzion	46 €	48 €

Cene so v EUR na osebo na dan. **Doplačila:** enoposteljna soba 11,00 EUR, turistična taksa 2,00 EUR. **Popusti:** Upokojenci, ki so člani društva, kluba in aktiva upokojencev imajo **10% popusta na penzijske storitve**. Otroški popusti.

Majska fešta 5. 5.-12. 5. 2019

Pridružite se nam, da skupaj pozdravimo letošnje poletje.

Sedem dni plesa in zabave!



Za veliko noč se spleča priti na morje v Izolo!

Med 19. 3. in 22. 4. 2019

3 × polpenzion

UPOKOJENCI 124,20 €

OSTALI GOSTJE 140,40 €

Cene veljajo na osebo v dvoposteljni sobi za izbran paket. Akcija velja le za minimalno 3 noči. Izračun akcije temelji na rednem ceniku.

Doplačila na osebo na dan: Polni penzion 6 €, enoposteljna soba 11 €, turistična taksa 2,00 €.


delfin ***
HOTEL

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

Videčnikova sled, 98 let

Zgodovinar, publicist in urednik Aleksander Videčnik iz Mozirja proti stotici

Človek, ki je dal dušo za etnografsko in zgodovinsko dediščino Zgornje Savinjske in v dokajšnji meri tudi Šaleške doline, nekdanji Celjan (rojen v Gornjem Gradu) in zdaj že več desetletij Mozirjan, Aleksander Videčnik bo 11. decembra 2018 »spravil pod streho« že 98 let. Skozi najbolj ustvarjalno obdobje se je izobraževal, ukvarjal s tiskarstvom, založništvom (doma in čezmejno), bil je vodstveni in vodilni kader, ukvarjal se je z raziskovanjem in zgodovino Koroške, Celjskega, Zgornje Savinjske doline, ne nazadnje tudi z zgodovino Šoštanja ter širše. Vsa ta desetletja pa je ostal kot zgodovinar in raziskovalec zvest zapisovanju, zbirateljstvu in urednikovanju. Pisatelj je postal šele v tretjem življenjskem obdobju, ko ga ni pobrala niti zahrbtna bolezen, zaradi nje se je preselil iz zakajenega Celja v enega lepših krajev Zgornje Savinjske doline, v Mozirje. Tu je kot zgodovinar, muzealec (častni član Šaleškega muzejskega in zgodovinskega društva Velenje) deloval kot eden uglednejših sodelavcev, predavatelj in raziskovalec. Že kmalu po preselitvi v njemu zelo ljub kraj Mozirje pa je pisateljsko kar izbruhnil. Napisal je skoraj štirideset knjižnih del, kot publicist pa deluje tudi še sedaj, saj se njegovo pero ne ustavi, tipke še naprej bogatijo »bele poljane« njegovih dognanj, tiskarske pole so še polne izpovedi in leporečja. Aleksander je zelo cenjen mož, po malem dejaven še kot zaželeni gost in iskrih sogovornik, saj njegova dejanja, znanje in prijetno kramljanje navdihujeta ljudi. Osrednji knjižnici Mozirje je že pred dvema



desetletjema zapustil bogato zbirko starin, predvsem dokumentov časa, zgodovine in literarnih del oz. dragocenih dokumentov, ki jih je odkril in proučeval na svojih raziskovalnih pohodih. Veliko tega pa je podaril tudi Pokrajinskemu muzeju Celje. Sandija pa cenijo tudi politiki, saj se kljub njegovi prepoznavni drži klenega Slovence ne vpleta v nobene strankarske polemike, ker so njegova prepričanja nad njimi, nad »politikantskim pričkanjem, ki ne vodi v dobro države in državljanom«, nam je že pred leti pojasnil njegovo opredeljenost. Večkrat je tudi potožil, da razume starost, staranje in tegobe starejših ljudi, med nje pa kot največjo uvrstil osamljenost. Tudi če ni povsem sam, največ časa preživi med stenami, knjižnimi policami in ekranom, kjer še vedno živo ustvarja predvsem kot publicist. Savinjskim novicam še dan današnji pripravlj

zgodovinska pričevanja, obdeluje dokumente ter je pričevalec dogodkov bližnje preteklosti. Samoto preganja z nenehnim pisanjem in študijami vsega, kar do sedaj še ni predelal in kar mu pride pod njegove raziskovalne čute. Zelo občuduje ljudi slovenskega podeželja, ljudi iz višjih predelov Koroške, Šaleške in Savinjske krajine, proučeval je in natisnil v knjigah raziskovalne zgodbe o Vošnjakih kot velepodjetniki iz Šoštanja. Znan je po proučevanju hranilništva ter razvoju in propadu usnjarske industrije. Predvsem pa kot nekdanji ugleden poslovnež, bančnik in že lepa leta modrec, živi krepostno življenje klenega karakterja, ki se s svojo upornostjo in trmo marsikdaj poistoveti kar z ljudmi izpod gorskih vršacov, ki jih je brusilo trdo življenje in kmečka, olcarska pamet. Muzealist, ki ga cenijo vsi mlajši poznavalci preteklosti in različnih muzejskih zbirk iz Šoštanja in Šaleške doline, predvsem tudi knjižničarji in direktorica Osrednje knjižnice Mozirje, Petra Širko, ki o Videčniku pove vedno le žlahtne besede. In Barbara Šoster Rutar, direktorica Muzeja Vrbovec, ki je Aleksandru Videčniku Sandiju hvaležna za vsa raziskovanja o lesarstvu, vlcerjih in zgornjesavinjskih grčah. Videčniku so podelili visoka občinska priznanja domala v vseh občinah SAŠA regije, kjer je potegnil iz naftalina različne zgodbe, dokumente in pričevanja zanamcem, saj je slovenski rod tod hodil in se obdržal zahvaljujoč takšnim ljudem, kot je Videčnik.

Aleksander, vse dobro, še se želimo učiti od vas, od Tebe in iz tvojih idej. Uživaj v tem!

Besedilo in foto, Jože Miklavc

Prostovoljka sem!



Prostovoljka sem in s svojimi pridobljenimi izkušnjami rada pomagam ljudem, ki so pomoči potrebni. Osamljeni in ostareli ljudje se radi pogovarjajo, potrebujejo družbo in tudi to je moja naloga, ki jo opravljam s srcem. Star pregovor pravi, da lepa beseda lepo mesto najde. Mislim, da to še vedno drži! Tudi sama sodim v skupino starejših ljudi, a se še vedno počutim dovolj sposobno za opravljanje nalog in poslanstva prostovoljke. Pogosto se vprašam, zakaj to sploh počnem!? Mar ne bi bilo bolje ostati doma in početi tisto, kar te veseli? Ne! Moj notranji glas

mi nenehno veleva: »Pomagaj, če ti je to dano!« Morda bom čez čas tudi sama potrebovala tako pomoč, ki jo sedaj rade volje razdajam drugim. Nikoli ni prepozno. Danes jaz tebi, jutri ti meni, saj ne vemo, kaj nam bo prinesel čas. Ko ne bom več mogla skrbeti sama zase, bi želela ostati doma. Upam, da mi bodo moji najdražji to omogočili. Dom je le dom. Navajen si ga, navajen vsakega koraka, vsakega kotička, saj so povsod stvari, ki jih poznaš, vse tisto, kar si si s pridnimi rokami ustvaril skupaj s partnerjem v življenju.

Adelina Neuvirt

Magični lik 1 (vodoravno in navpično)

1. Vrsta čaja, 2. Letovišče v Č. Gori, 3. Um, 4. Tuje ž. ime, 5. Večji lonec

1	2	3	4	5
2				
3				
4				
5				

Magični lik 2

1. Železarski kraj, 2. Popotnik, 3. Drevesna zajedavka (Bela), 4. Delovodja, 5. Velika papiga

1	2	3	4	5
2				
3				
4				
5				

Rešitev iz prejšnje številke:

1. lik vodoravno in navpično:

1. Kohar, 2. Obrne, 3. Hrvat, 4. Anana, 5. Retar

2. lik vodoravno in navpično:

1. Pskov, 2. Sarma, 3. Krmar, 4. Omaha, 5. Varan

POMEMBNI DNEVI V FEBRUARJU 2019

8. februar Slovenski kulturni praznik - Prešernov dan

20. februar – Svetovni dan socialne pravičnosti

Z letom 2009 se 20. februar praznuje kot svetovni dan socialne pravičnosti. Generalna skupščina je 26. novembra ugotovila, da sta družbeni razvoj in družbena pravičnost nujno potrebna za doseganje in vzdrževanje miru ter varnosti. Vendar prav družbeni razvoj in družbena pravičnost ne moreta biti dosežena brez miru, varnosti ter spoštovanja temeljnih človekovih pravic in svoboščin. Razsežen in trajen gospodarski razvoj v kontekstu trajnostnega razvoja je nujen za vzdrževanje družbenega razvoja in družbene pravičnosti, vendar resni izzivi ostajajo. To so finančne krize, pomanjkanje varnosti, revščina, izključevanje in neenakost v in med družbami; ter resne ovire nadaljnjemu vključevanju in polnem sodelovanju držav v razvoju ter tistih s tranzitnimi gospodarstvi.

21. februar – Mednarodni dan materne jezika

Novembra 1999 so na Generalni konferenci Organizacije ZN za izobraževanje, znanost in kulturo UNESCO) 21. februar razglasili za mednarodni dan materne

jezika. S tem dnem se želi promovirati jezikovno in kulturno raznolikost ter večjezičnost. Jezik je eden izmed najmočnejših orodij za ohranjanje in razvijanje naše materialne in nematerialne dediščine. S promocijo materinih jezikov bomo pripomogli k jezikovni raznolikosti, k zavedanju o različnih jezikovnih ter kulturnih tradicij po celem svetu.



foto KARIKATURA

Na mednarodnem festivalu veziljstva v Velenju, ki je bil letos petič namenjen povstrom, se je postavila s svojimi izdelki tudi Marta Velam iz Rečice ob Savinji. Za revijo ZDUS*Plus je predlagala pestro izbiro vzorcev in tehnik.
 "Če ne verjame, da so zares mehki tile povstri ... no, blazinice ali vzglavniki, kar pridite, bomo skupaj preizkusili..."

Foto: Jože MIKLAVC

Zagotovite si brezplačno delavnico »Sožitje za večjo varnost v cestnem prometu«!



vozi mo pametno
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA

Z namenom, da bi se starejši vozniki in voznice na naših cestah čim dlje počutili varne in da bi čim dlje ostali mobilni, na Javni agenciji Republike Slovenije za varnost prometa v sodelovanju z Generalno policijsko upravo, DARS-om, Rdečim križem Slovenije in ZDUS izvajajo projekt »SOŽITJE ZA VEČJO VARNOST V CESTNEM PROMETU«, s katerim **lahko v vašem kraju brezplačno organizirajo celovite preventivne dogodke oz. usposabljanja za seniorje in upokojece. Ob dejstvu, da ste člani po statističnih podatkih ZDUS v letu 2017 med najbolj zaželenimi izobraževalnimi vsebinami izbrali prometno varnost, so takšni dogodki kot nalašč za vas.**

V nasprotju s pogostim prepričanjem, da je potrebno voznikom v tretjem življenjskem obdobju zaradi njihove varnosti in varnosti drugih omejevati mobilnost, si starejši moramo prizadevati, da bi bili **čim dlje samostojni, mobilni ter varni.** Po podatkih je v Sloveniji več kot 219.000 imetnikov vozniških dovoljenj starejših od 64 let, kar predstavlja 16 % vseh imetnikov vozniških dovoljenj. V prihodnjih letih se bo populacija še starala in na cestah bo čedalje večji delež voznikov in voznic v tretjem življenjskem obdobju. Iz tega vidika je osvežitev znanj in učenje novosti več kot dobrodošlo! V okviru enodnevnih preventivnih dogodkov vam Agencija ponuja izobraževanje iz štirih vsebinskih sklopov:

- **Osvežitev znanja prometnih predpisov in pravil** bo prilagojeno lokalni problematiki, saj v tem sklopu predavanj sodeluje prometni strokovnjak AVP ter pomočnik komandirja lokalne policijske postaje.
- **Varna vožnja po avtocesti in hitri cesti.** Strokovnjaki iz DARS-a bodo predstavili ključno problematiko, ki se pojavlja na

avtocestah ter poučili udeležence o pravilnem ravnanju v različnih prometnih situacijah.

- **Praktično svetovanje o zdravstvenih kriterijih.** Udeleženci bodo lahko na posebnih napravah preverili svoj vid na daleč, na blizu, kontrast in nočni vid ter se pozanimali o kriterijih za kontrolni zdravstveni pregled. Pridobili bodo tudi nekatere pomembne informacije o sladkorni bolezni in krvnem tlaku.
- **Svetovalna vožnje z ocenjevalcem na vozniškem izpitu** (po dogovoru).

Dogodki bodo za vas zanimivi tudi z vidika preventivnih gradiv, ki jih boste prejeli (informativno gradivo, odsevni trakovi, odsevni jopiči, DVD-ji o varni vožnji po avtocesti itd.), na sami lokaciji pa boste lahko povprašali strokovnjake iz AVP, DARS-a, Policije ter zdravstveno osebje o dilemah in težavah, s katerimi se soočate v prometnih situacijah.

Projekt SOŽITJE predstavlja prvi tak projekt, ki pokriva območje celotne Slovenije in združuje različne ključne deležnike na področju varnosti v cestnem prometu. Gre več kot le za organizacijo predavanj za seniorje in upokojece – voznike, saj je prav zaradi zdravstvenega in praktičnega dela še posebej zanimiv in poučen. Verjamemo, da boste **v družtvih**, ki se še kako zavedate pomena usposabljanja, osvežitve znanja in vseživljenjskega učenja, hitro poklicali in se dogovorili za termin. V znanju je moč! Bodite dejavni in skrbite za svoje člane kot ste do sedaj! Kontakt za organizacijo dogodka: **Sebastijan Turk**, Javna agencija RS za varnost prometa, TEL: 01 478 78 29 ali e-pošta: sebastijan.turk@avp-rs.si

Pečnikova Miklavžica, Pečovnik pa Božiček

Ob srečanju v Nazarjah, o katerem smo na kratko že poročali, so prijatelje iz pobratene občine Miren Kostanjevica na Krasu domači upokojece DU Nazarje pri gradu Vrbovec prijazno sprejeli, saj so jim vrnili spomladanski obisk. Ob tem sta pomembno vlogo opravila predsednica DU Nazarje in podpredsednica ZDUS Vera Pečnik, ter župan (za zdaj brez konkurence) Matej Pečovnik. Prva iz decembrske perspektive kot Miklavžica, župan pa kot Božiček. Nekateri so pričakovali še dedka Mraza, ki pa bo najbrž z malo zamude kar mirenski prejšnji in zdajšnji župan v isti osebi, Mauricij Humar. In prijateljstvo, ki se je v enem letu dodobra prijelo, bo trajalo v nedogled, so se šalili eni in drugi, saj jim je bilo na obeh obiskih na moč lepo!

Besedilo in foto, Jože Miklavc



DNEVI MEDGENERACIJSKEGA SOŽITJA

14.-16. maj 2019

Gospodarsko razstavišče, Ljubljana

Prireditev je prvi osrednji povezovalni dogodek medgeneracijskega sodelovanja, konceptov, pobud, programov za vse generacije. Zasnovali smo jo zato, da bi uresničili vizijo, tj. slediti demografskim spremembam ter z medsebojnim povezovanjem zagotavljati ohranitev visokih družbenih norm in izboljševati položaj vseh generacij v Republiki Sloveniji.

Izpostavljamo:

- strokovni program na temo »trg dela in upokojevanje«: celostno zajeta problematika trga dela, nujnost odprave prekarnega dela, potrebnega mentorstva starejših delavcev mladim, o odličnih primerih predupokojitvenih aktivnosti, pripravah na zdravo in aktivno staranje, ukrepih za izboljšanje gmotnega položaja upokojencev, programih za kakovostno staranje in o vzpostavitvi demografskega sklada,
- bogat izobraževalni in kulturno-ustvarjalni program, v katerem bodo društva upokojencev v sodelovanju z osnovnimi šolami in drugimi pokazali kakovost sožitja med generacijami,
- promocijsko-prodajna razstava.

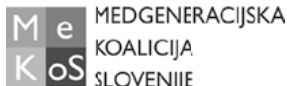
Več informacij na: www.medgeneracijsko-sozitie.si

VSTOP
NA DOGODEK JE
PROST

Organizatorja:



Partner:



Člani MeKoS:

- Zveza društev upokojencev Slovenije
- Študentska organizacija Slovenije
- Mladinski svet Slovenije
- Dijaška organizacija Slovenije

ZAVAROVANJE SPECIALISTI SENIOR

Hitra in enostavna pot do specialista
v primeru nezgode in bolezni.

Morebitna nezgoda ali bolezen lahko močno poseže v ritem vsakdanjega življenja in zamaje temelje varnosti. S sklenitvijo zavarovanja Specialisti senior si omogočite hitrejšo zdravstveno oskrbo ter enostaven dostop do specialističnih storitev, ki jih potrebujete. Tako lahko hitreje stopite na pot okrevanja in z občutkom varnosti premostite življenjske izzive.

