



Revija Zveze društev upokojencev Slovenije



**Prodajna
konferenca
v Delfinu**

**Bogata
kulturna bera**

**Lekova donacija
programu SzS**

**Z zasedanja
EURAG v Moskvi**

V ŽARIŠČU

Prodajna konferenca Hotela Delfin	4
Delovno srečanje z glavnim koordinatorjem Levice	5
Lekova pomoč programu Starejši za starejše	6
Kmetija – dom, družina, delo	7

MEDGENERACIJSKA KOALICIJA SLOVENIJE

MeKoS pred novimi izzivi	8
------------------------------------	---

MEDNARODNA DEJAVNOST

Kaj so povedali ruski kolegi o oskrbi starejših?	9
V Moskvi tudi o vseživljenjskem učenju	10

KULTURA

Marinkina knjižnica	11
Komisija za tehnično kulturo ZDUS nadvse aktivna	12
Vodje rokodelskih delavnic v Izoli so pokazali svoje izdelke in znanje	13
15. številka Shojenih poti, DU M. Sobota	13
V Murski Soboti se dogaja	14
Kje so tiste stezice, s pesmijo v jesen	14
Razstava ročnih del v Lovrencu na Pohorju	15

UTRIPI V POKRAJINSKIH ZVEZAH 16

ŠPORT, REKREACIJA IN GIBALNA KULTURA

Zakoni narave in starostna invalidnost (2. del)	26
---	----

VIHARIMO MOŽGANE 28

SPOROČILA UREDNIŠTVA IN VODSTVA ZDUS 30

Boštjanu Vasletu, aktualnemu guvernerju Banke Slovenije, je uspel podvig, ki ga bodo pomnile generacije slovenskih družin, ki so s potrošniškimi krediti krpale vmesni prostor med prvim in zadnjim dnevom v mesecu. Banka Slovenije skrbi predvsem za stabilnost valute in splošno likvidnost plačevanja v državi in do tujine. Uravnava količino denarja v obtoku, skrbi za splošno likvidnost bank in hranilnic, opravlja posle za Republiko Slovenijo v skladu z zakonom, in predpisuje pravila za izvajanje jamstva za vloge občanov.

Dragi krediti bodo še vedno na voljo! Lising krediti, pa gotovinski krediti tudi, a mnogi so iz te finančne »ponudbe« izzeti. Tudi mladi se sprašujejo, kako bodo pod novimi pogoji sploh prišli do stanovanja in si ustvarili družino? Na eni strani gre za prosilce, ki so po Vasletu **finančno rizični prosilci**, na drugi strani pa za upokojence, ki jih Vasle štiti, da lahko živijo dostojno življenje brez stresnih situacij, ki bi jih silile k razmišljanju, kako bodo ta kredit odplačali. Imeli smo znana imena in znane menedžerje, ki so z enim kreditom najeli milijone evrov, čeprav so vedeli, da teh milijonov ne bodo nikoli začeli odplačevati. Šlo je za zavesten nateg bančnega sistema! Nasproti pa imamo tudi znane prosilce, ki so opravilno sposobni, a finančno nesolventni, in to jim želi prvi mož Banke Slovenije dopovedati. Dopovedati, kaj je dobro za njih, saj so malodane dementni, opravilno nesposobni in potrebujejo čvrsto roko, ki jih bo vodila. Prepričan sem, da nihče v tej državi ne zna bolje skrbeti za finance kot slovenski upokojenci. O, ko bi bili oni odgovorni za državno blagajno, bi se ta res plemenitila, saj bi jo vodili s svojim zgledom. Šparovno in preudarno!



ZDUS PLUS - mesečna revija Zveze društev upokojencev Slovenije. Za izdajatelja Janez Sušnik, predsednik ZDUS. Odgovorni urednik Črt Kanoni. Tel: 01/62 05 481 e-pošta: crt.kanoni@zduk-zveza.si Naslov uredništva: ZDUSplus, Kebetova 9, 1000 Ljubljana. Tel: 01/519 50 86 e-pošta: urednistvo@zduk-zveza.si Uredniški odbor: Vera Pečnik, Slavica Bučan, Mateja Peršuh, Lara Valič, Jože 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, slavica.bucan56@gmail.com 041 347 030 Koroška - Željko Kljajič, zkljajic.kljajic@gmail.com 031 387 660 Pomurska - Vijola Bertalančič, vijola.ppzdums@gmail.com; Posavska - Marija Krušič, makru27@gmail.com; 051 725 412 S. Primorska - Majda Marinič, babicamm@gmail.com ; Šaleška - Jože Miklavc, joze.miklavc@gmail.com; 041 693 369; Zasavje - Milena Dimec, dimec.milena@gmail.com; 051 438 236 Z. Podravje - Irena Ferluga; Tajnica uredništva: Karmen Šparovec – Terekhov, Lektorica: Barbara Borko; Tisk: Schwarz print d. o. o., Ljubljana; 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 zaporedno številko 2192. Naslovnica: Udeleženci prodajne konference hotela Delfin. Foto ČK



[https://www.facebook.com/
ZDUS-Zveza-drustev-upokojencev-Slovenije](https://www.facebook.com/ZDUS-Zveza-drustev-upokojencev-Slovenije)

ZDUSplus
Zveza društev
upokojencev Slovenije

Dober dan, spoštovane soupokojenke in dragi soupokojenci



Prihajajo dnevi, ko večeri postajajo dolgi, dnevi kratki, vse to pa prinaša pričetek praznovanja lepih in prijaznih dogodkov, a tudi žalost in samoto. Narava se je odela v čudovite barve, ki nas razveseljujejo in pomirjajo. Vsak dan poslušam pretresljive zgodbe o revščini, žalosti, nasilju, izkoriščanju in še bi lahko naštevala. In vedno, ko naletim na kaj podobnega, se z vso hvaležnostjo v srcu spomnim na naše prostovoljke in prostovoljce programa Starejši za starejše, ki neumorno ubirajo poti, tako v lepem in slabem vremenu, v dežju in snegu in s svojo prisotnostjo pomagajo s pogovorom in dobro besedo tistim, ki so osamljeni, poskrbijo, da imajo topel dom, hrano, da obiščejo zdravnika in verjemite, da s svojimi obiski marsikdaj preprečijo tudi nasilje, saj tisti, ki ga izvajajo lahko vedo, da je vedno enkrat vsega potrpljenja in trpljenja konec. V teh dneh prebiram analize, koliko takega nasilja

je zamolčanega, predvsem v družinah, saj je vsakemu, ki se mu to dogaja, prva misel: **»Le kaj sem naredila ali naredil narobe pri vzgoji, zakaj so moji otroci drugačni, ne morem povedati, kaj mi naredi moj otrok, oseba, ki sem ga imela ali imel tako rad, rada.«** Nič niste naredili narobe! Zato le povejte, saj vas bomo razumeli, vam pomagali. Naše ljudi moramo ozaveščati, da pri nasilju tolerance ni, ne glede na to, kdo je tisti, ki povzroča nasilje, fizično ali psihično, in slednje je še bolj prikrito in boleče. **Morala bom na razgovor k varuhu človekovih pravic, da preprečimo nasilje tudi tam, kjer ima varuh vpliv, saj se nasilje ne vrši samo v domačem okolju, čeprav žal največkrat, temveč tudi v domovih za starejše, kot tudi v negovalnih bolnišnicah. Pri varuhu imamo skupino naših članov, skupino, ki lahko »kontrolira« delo v domovih za starejše, a se mi zdi, da se moramo dogovoriti za več aktivnosti.** Včeraj sem bila na območju Slovenskih Goric pri naših članih, ki neumorno delajo v tem prelepem okolju in prav toplo mi je bilo pri srcu, ko sem videla, kako odločno in prisrčno delujejo, pomagajo šibkejšim, se med seboj obiskujejo in neumorno sodelujejo z župani, ki jim vedno in povsod pomagajo. Velike cilje so si zadali, celo izgradnjo doma upokojenec, in verjemite, med glavnimi pobudniki je župan! Glede na število skupin, ki delajo tako na prostovoljnem, športnem, kulturnem in rokodelskem področju in še bi lahko naštevala, lahko le ugotavljam, da upokojenki, tisti, ki ne morejo od doma zaradi starosti ali zdravstvenih težav, niso sami in so seznanjeni z lokalnimi novicami,

prostovoljci in poverjeniki pa jih stalno obiskujejo. In spet se ustavim pri težavi: krediti, ki so postali tako omejeni, ko večini upokojencev ne bodo več dosegljivi, saj so ravno s tem lahko pomagali tako svojim otrokom kot vnukom. Mnenja so različna: najprej so me vprašali, če je zagotovljeno, da tudi tajkuni ne bodo dobili kreditov, saj so vendar ti povzročili bančno luknjo, ki smo jo Slovenci še kako preplačali. In naši ljudje vedo tudi to, da so bili finančniki v svetu glavni vzrok recesije, ki je še posebej nas, upokojence, pahnila v brezizhodni položaj, iz katerega nas naša vlada še danes ni v celoti potegnila. In še kako prav imajo! A verjemite, pravega odgovora ni. Sem pa slišala številna mnenja: kako žalostno je, da imamo tako nizke plače in pokojnine in to tudi za 40 let delovne dobe, da več kot dve tretjini upokojencev ne bo moglo dobiti kredita, podobno se bo dogajalo mladim. **Ne bomo več mogli s skupnimi močmi omogočiti nakupa stanovanja ali gradnje še tako skromne hiške na poldarjeni zemlji!?**

Mogoče bodo naši pravniki dočakali, da se bodo ljudje zavedeli solidarnosti, da bodo imeli visoko razvito zavest, ki ne bo dopuščala revščine, uničevanja okolja, nasilja in velikih socialnih razlik. Danes pa, dragi moji, širimo pozitivno energijo, ne pustimo se zbegati, besede, ki naj bi nas razžalostile naj odhitijo mimo nas, mi pa hodimo po svetli poti, saj za dežjem zares vedno pride sonce. Želim vam vse dobro in verjemite, da vam pošiljam najboljšo možno in močno energijo in obljubo, da se bomo na ZDUS borili za nas vse, ki smo upokojeni!

Vaša Vera



Prodajna konferenca Hotela Delfin



Udeležence je uvodoma pozdravila direktorica hotela Nina Golob

V hotelu Delfin v Izoli je od 3. do 5. novembra potekala prodajna konferenca, ki se jo je udeležilo 150 predstavnikov Zveze društev upokojencev Slovenije. V odsotnosti predsednika ZDUS Janeza Sušnika so se otvoritve konference udeležili skoraj vsi predsedniki pokrajinskih zvez, zbrane pa so uvodoma nagovorili direktorica hotela Nina Golob, Daša Ždrnja je predstavila poslovanje hotela v minulem letu, zbrane pa je pozdravil še član Nadzornega sveta hotela Delfin, Anton Benko. Hotel Delfin v Izoli odlikuje izjemna lega ob morju in neposredna bližina izolske marine, ki se z gosti družijo že skoraj štiri desetletja. Lokacija hotela ponuja veliko možnosti za odkrivanje slovenske obale. Sprehodite se lahko do središča Izole in ob obali do Koprna ali odkolesarite po poti Parenzana do Strunjana in naprej do Portoroža. Hotel ima neslutene kapacitete. Notranji in zunanji bazen, štiri zunanje gostinske lokale, telovadnico, poleg tega pa ponuja kozmetiko, pedikuro, masažo in bogat animacijski program. Kot je dejal Anton Benko, je zgodba hotela zgodba o uspehu. Nadzorniki ves čas z veseljem ugotavljajo, da hotel raste in da je v ozadju te rasti zasluga celotnega kolektiva. Še bolj razveseljivo pa je, kot je dejal Benko, da ta rast ni posledica zunanjih partnerjev pač pa prvenstveno zasluga vseh upokojencev, ki iz leta v leto obiskujejo »svoj hotel«!

»**Odložila bom mikrofona in namenila velik aplavz za vseh 125.000 nočitev v lanskem letu,**« je dejala direktorica Nina Golob. Ni pa se mogla ogniti turistični dejavnosti kot gospodarski panogi, ki prinašata med pa tudi pelin. »**Hoteli smo del zgodbe, ki prinaša precejšen odstotek onesnaževanja. Naš izziv je zmanjšati**

Kot je dejal Anton Benko, je zgodba hotela zgodba o uspehu. Nadzorniki ves čas z veseljem ugotavljajo, da hotel raste in da je v ozadju te rasti zasluga celotnega kolektiva. Še bolj razveseljivo pa je, kot je dejal Benko, da ta rast ni posledica zunanjih partnerjev pač pa prvenstveno zasluga vseh upokojencev, ki iz leta v leto obiskujejo »svoj hotel«!

odpadke na minimum. Spremljajo nas, merijo, in kadar presežemo kvoto, smo tudi sankcionirani. Komunalne storitve so nam pred meseci zaradi tega podražili za 40 %. Energetsko smo se že pred leti odločili za toplotno črpalko. Plastičnih slamic nimamo več. Plastičnih vrečk tudi ne. Košev v pisarnah tudi ni več in odpadke ločujemo. To so sicer mali koraki, ki pa nas lahko pripeljejo daleč. Zavest o varovanju okolja postaja tema številka ena zaradi odnosa do okolja in zaradi stroškov. Za leto 2020 smo že kalkulirali cene. Malo jih bomo morali dvigniti, vendar ne pretirano. Delfin zadnja štiri leta beleži izreden skok povpraševanja. Na turizmu pa, to vemo, vedno vplivajo zunanji dejavniki. Zavedamo se, da je najdražja soba prazna soba, zato ponovno hvala vsem, ki prihajate k nam. Če želiš vedeti, kako dober je hotel, greš na Booking ali TripAdvisor in pogledaš oceno. Od desetih možnih je naša kar 8,8 in to nas navdaja z optimizmom, saj smo v samem vrhu hotelov ob slovenski obali ...«

Za svojo predstavitev in pogled uprt v optimistično prihodnost je direktorica prejela dolg in glasen aplavz. Daša, ki skrbi za promocijo in marketinške aktivnosti hotela, se je osedotočila na presek gostov, ki so lani prednjačili po obisku. »**Že nekaj časa vodimo statistiko. Skupinski obiski, individual-**

ni obiski; članska izkaznica pripomore k lažji obdelavi podatkov, nenazadnje tudi zaradi pripadajočih 10 % popusta. Statistični podatki za 2018 kažejo, da je največ društvenih nočitev bilo iz zgornjega Podravja, Koroške ter Dolenjske in Bele krajine. Na individualni ravni pa iz Osrednje slovenske regije, Gorenjske in pa Celjske PZDU. Glede na velikost pokrajine in obisk v hotelu pa je na prvem mestu Koroška pred Posavsko in Šaleško PZDU. Pri nadaljnji obdelavi podatkov je zato za nas zelo pomembno, da si vsak gost vzame nekaj trenutkov časa, da izpolni anketni list, vprašalnik, saj obdelava podatkov pripomore k relevantni oceni, ki jo objavimo na spletni strani. Že pet let smo prisotni na Booking.com in nekaj sob imamo ves čas rezerviranih za tuje goste preko njihove spletne aplikacije. Njihovi odzivi pa so za nas ohrabrujoči.«

Udeležence, zbrane z vseh koncev Slovenije, je v nadaljevanju zanimalo marsikaj, kar hotel nudi, kaj bi še lahko ponujal, kaj so svetle in kaj temne lise hotela. Vprašanja vodstvu hotela so bila pisana in odraz tistega, kar vsakdo pričakuje od hotela. Od režima ki vlada ob in v bazenu, do hotelske plaže, rezervacij ležalnikov, varnosti v hotelu, zdravstvene službe ipd. Nina je odgovorila, da se moramo vsi prvenstveno zavedati, da morska plaža ni hotelska last. Delfin je zgolj

upravitelj, ker plačuje koncesnino in posledično prevzema odgovornost za celoten režim na plaži. Pomeni, da urejajo plažo ne le za »svoje« goste, pač pa za vse, ki pridejo tja. Kot skrbniki pa se trudijo po najboljših močeh, da ugodijo zahtevam vseh.

Naslednji dan, malo po zajtrku, so v hotelski avli začeli postavljati stojnice, mize so zgrnili na kup v ovalnem delu, kjer je plesišče, in direktorica je zbranim predstavila predsednika turističnega združenja Izola, Dejana Kocijančiča. Ta je zbrane prav lepo pozdravil in že uvodoma poudaril, da Izola vse bolj prehaja v razvojno fazo turistične ponudbe. Izpostavil je odlično sodelovanje s sosednjimi mesti, saj nastopajo pod skupnim imenom **Slovenska Istra**. Dobro je tudi sodelovanje na področju črpanja sredstev iz evropskih skladov, ogledali pa smo si še televizijski oglas namenjen italijanskim gostom na italijanskih televizorjih. Stojnice, ki smo jih že omenili, pa so se šibile pod težo istrskih (izolskih) dobrot, pridelkov in umetnin. Vera Mrak že kar nekaj časa svoje življenje posveča sivki. Izpod njenih rok nastajajo vse mogoče reči s pridihom sivke s certifikatom rokodelstva Obrtne zbornice Slovenije, **Art&Craft**. Predstavili pa so se tudi pridelovalci kivija in kakija, pa tudi Park Postojnska jama, s katerim si na ZDUS obetamo veliko dobrega in plodnega sodelovanja skozi celo prihodnje leto.

V nadaljevanju srečanja je vodstvo hotela predstavilo načrte za prihodnost. Direktorica Golobova je že na samem začetku izpostavila, da je težko govoriti o razvojnih načrtih. Zagotovo se bo



Nad sivko je bil navdušen predsednik PZDU Zasavje Janez Malovrh

sčasoma ponudila kaka nova idejna zgodba za katerega od prostorov. Širitev v trenutnem obsegu pa ne pride v poštev. Letos se je resneje pričelo govoriti o nakupu sosednjih zemljišč. Na željo hotela je župan Izole, Markočič, pripomogel k temu, da so se na široko odprla vrata za nakup zemljišč ob dejstvu, da danes v soseščini ni več veslaškega kluba. Lahko se bo zgodilo vse in nič. Lahko do posla pride, lahko pa vse skupaj pade v vodo. Tu, v hotelu Delfin, se je vedno kaj dogajalo. Mnogo več v času rasti hotela, saj je danes objekt na meji zazidljivosti, zato gre glede investiranja v objekt v največji meri za vzdrževalna dela. Veliko vlaganj pa je očem skritih. Z razliko od preteklih let, ko so bile sobe med seboj zelo različne, so danes opremljene povsem enako. Z energetskega vidika ves čas skrbijo za posodabljanje konvektorjev, električnih aparatov in obnove sob, v Vili Ranieri pa bodo v prihodnjem letu prenovili še zadnjih šestnajst sob. Mnenja sem, da so se tokrat vsi v Delfinu

temeljito pripravili na tridnevni dogodek. O hotelu smo izvedeli veliko, veliko pa tudi o načrtih. Zadnji dan prodajne konference, ko smo obravnavali tematiko nekoliko drugačne hotelske ponudbe, pa sta se nam pridružila še predsednik ZDUS **Janez Sušnik** in podpredsednica **Vera Pečnik**, ki sta bila toplo sprejeta, saj so navzoči zaznali, da je prihodnost hotela v veliki meri odvisna tudi od podpore vodstva krovne organizacije. Obe, tako Nina kot tudi Daša, sta bili ob koncu srečanja navdušeni in zadovoljstvo je bilo zaznati tudi s strani sodelujočih, saj so bili nad vsem, kar se je tri dni dogajalo v Delfinu, sila zadovoljni. Še posebno nad presenečenjem, ki naj bi nas čakalo drugi večer srečanja v hotelski avli. Ko smo prispeli tja, je bil na odru že pripravljen – nihče drug kot Adi Smolar, ki so ga vsi udeleženci pozdravili na najlepši mogoč način. Vsakdo se je želel z njim fotografirati za spomin. Potem pa je sledila nepozabna zabava.

Besedilo in foto, Črt Kanoni

Delovno srečanje z glavnim koordinatorjem Levice

Konec meseca oktobra je na podlagi predhodnega dogovora med vodstvom ZDUS in vodstvom Levice prišlo do delovnega srečanja na sedežu ZDUS, na katerem sta svoje poglede na ukinitve dodatnega zavarovanja izmenjala Luka Mesec in Janez Sušnik z nekaterimi sodelavci.

Luka Mesec je prisotnim predstavnikom ZDUS, predsedniku Janezu Sušniku, podpredsednici Veri Pečnik, članu Upravnega odbora ZDUS in organov upravljanja ZZS Mirku Miklavčiču, strokovnjaku s področja zdravstvenih zavarovanj in dolgotrajne oskrbe mag. Martinu Tothu in tajnici ZDUS Niki Antolašič, predstavil



Po končanih razgovorih sta oba predsednika stopila pred naš objektiv.

predlog Levice za ukinitve dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja. V obrazložitvi je prisotnim pojasnil, da veljavni zakon ne izpolnjuje več prvotnega namena, da v Levici vidijo problem v povezavi obveznega in dopolnilnega zavarovanja, predvsem v povezavi s koriščenjem določenih pravic, da bi morale biti zdravstveno za-

varovanje urejeno po načelu pravičnosti in solidarnosti in bi zavezanci dodatno plačevali zgolj nadstandardne storitve. Predstavniki ZDUS so pojasnili svoja razmišljanja o različnih oblikah prispevnih stopenj, dolgoročnih (ne)učinkih, delovnih mestih zaposlenih na zavarovalnicah in pravilnosti ureditve zdravstvenega

zavarovanja, pri čemer je mag. Martin Toth posebej izpostavil, da je bil namen zakona iz leta 1991 drugačen in danes presega svoj prvotni namen, da je zdravstvo potrebno temeljite reforme in ga je potrebno razmejiti tudi po vprašanju javno-zasebno.

Uredništvo ZDUSPlus

Lekova pomoč programu Starejši za starejše



Na fotografiji od leve Mojca Pavlin iz Leka, Rožca Šonc, vodja programa Starejši za starejše, Vera Pečnik, podpredsednica ZDUS ter Duška Zdovc Mavrin, pokrajinska koordinatorica programa Starejši za starejše

Program Starejši za starejše, ki deluje od leta 2004 v okviru ZDUS in je od začetka delovanja do konca lanskega leta v program vključil že preko 200.000 pomoči potrebnih, je sredi novembra na letnem srečanju koroških prostovoljcev prejel ček v višini 10.000 evrov za delovanje programa in prostovoljcev v Sloveniji.

Kot pravijo v Leku, ki je v sestavi Novartis, ene vodilnih farmacevtskih družb na svetu, razumejo družbeno odgovornost kot pomemben element njihove poslovne strategije. Družbena odgovornost je tako prepletena v vse pore njihovega delovanja ter neposredno povezana z uredničenjem našega poslanstva, vizije in strategije. Razvijajo jo na dveh temeljih – na zagotavljanju dostopa do zdravljenja

Prostovoljci se pri svojem delu srečujejo z revščino starejših, zanemarjenostjo, nasiljem, zlorabami in hudimi zdravstvenimi težavami ter se v takih primerih povežejo s strokovnimi javnimi in nevladnimi organizacijami. Starejši ljudje so ranljiva skupina in ob strani jim mora stati celotna družba.

in odgovornem poslovanju. Pri tem se osredotočajo na njihove ključne deležnike: bolnike, zaposlene, delničarje, zdravstvene partnerje in družbo. Odgovornost do širšega družbenega okolja izkazujejo v različnih humanitarnih, zdravstvenih in izobraževalnih aktivnostih. Ena od njih je tudi podpora programa **Starejši za starejše**, ki ga ZDUS izvaja že 15. leto. V programu 3.500 prostovoljcev na domu skrbi za starejše od 69. leta naprej in jim pomaga v različnih

življenjskih razmerah glede na njihove potrebe (pomoč pri hišnih opravilih, sprehod, druženje, branje, prevozi do zdravnika in drugo). Prostovoljci se pri svojem delu srečujejo z revščino starejših, zanemarjenostjo, nasiljem, zlorabami in hudimi zdravstvenimi težavami ter se v takih primerih povežejo s strokovnimi javnimi in nevladnimi organizacijami. Starejši ljudje so ranljiva skupina in ob strani jim mora stati celotna družba. V sredo, 13. novembra je v imenu Leka, oz. Novartis v Sloveniji, vodstvu ZDUS in programa **Starejši za starejše**, simbolni vrednostni ček za sodelovanje izročila **Mojca Pavlin** iz Korporativnega komuniciranja družbe. Pri svojem nagovoru občinstvu je izpostavila kako pomembno je, da družbena odgovornost ne ostaja zgolj črka na papirju, ampak, da je treba po teh načelih tudi živeti. **"S programom Starejši za starejše, nas povezuje skupno poslanstvo, to je pomoč drugim in vračanje družbi"**

v kateri živimo in delujemo. Vsi prostovoljci ki ste vključeni v program, opravljate izredno pomembno družbeno koristno delo. K temu delu pa želimo delček pomoči prispevati tudi mi." Dodala je, da jo izredno veseli, da bodo s temi sredstvi uspeli vključiti tako nove prostovoljce, kakor nova društva in seveda najpomembnejše, nove člane, ki bodo prejeli to pomoč.

*Mojca Pavlin,
foto: Ivan Pisar Vanč*

Kmetija – dom, družina, delo

»Evropa potrebuje družbo vseh starosti, dobro usklajeno, dobro delujočo, varno in ljubečo,« je bila osrednja misel na Dnevih medgeneracijskega sožitja, ki so v organizaciji ZDUS sredi maja potekali v Ljubljani. Na dogodku je sodelovala tudi Kmetijsko gozdarska zbornica Slovenije, kjer smo predstavljali različne poglede na kmetijo kot trajno polje za medgeneracijsko sožitje ter priložnosti za ustvarjanje zelenih delovnih mest.

Priložnosti v dopolnilnih dejavnostih

Kako se v zgodbo dolgožive družbe in medgeneracijskega sožitja vključujemo na Kmetijsko gozdarski zbornici Slovenije kot največji stanovski organizaciji lastnikov kmetijskih zemljišč in gozdovalcev? Andreja Krt Stopar, vodja službe za dopolnilne dejavnosti in družbene storitve na podeželju, meni, da je od vsakega posameznika odvisno, kako bo izkoristil prednosti, ki jih ponuja kmetija. »Kmetija je idealen poligon za vsakogar, ki želi biti v svojem življenju uspešen, ali želi izraziti svojo lastno identiteto. Slovenske kmetije so majhne, povprečno okoli sedem hektarjev. Na majhni površini težko dosežemo prihodke. Tu moramo biti hvaležni, da nam država omogoča dopolnilne dejavnosti na kmetiji. Teh je okoli 150 vrst in jih lahko izkoristimo na posamezniku primeren način. Peka kruha, tradicionalni običaji, predelava rastlinskih, mesnih izdelkov, zeleni turizem, izvajanje delavnic nege in z lanskim letom tudi socialno varstvo, kjer bodo kmetije lahko imeli odrasle in starostnike v dnevnem varstvu. Kdor ima malo lastne vizije in zavedanje lastne identitete, na kmetiji lahko uspe. Kmetijstvo mora omogočati spodoben način življenja. Vsak posej je na začetku morda res težak, a začeti dopolnilno dejavnost zahteva le dobro idejo, pogum in 25 evrov takse.«

Številne možnosti razvoja kmetije

»Razvoj kmetije je odvisen predvsem od ljubezni, ki jo do kmetije in kmetovanja prenašajo starši,« meni predsednik Kmetijsko gozdarske zbornice Slovenije **Cvetko Zupančič**. »V kmetijstvu brez fizičnega dela ne gre in prednost bivanja na kmetiji je gotovo povezanost, ki jo tovrstno delo zahteva. V preteklosti, ko se je rojevalo več otrok, je bila izbira, kdo ostane doma, precej lažja. Danes je otrok manj,



Od leve proti desni Barbara Lombar, Zveza slovenske podeželske mladine, predsednica Zveze kmetov Slovenije Irena Ule, državna sekretarka na Ministrstvu za kmetijstvo.

zato je še toliko bolj pomembno, da se za kmetijstvo otroke navduši in se kmetija ob pravem času preda naprej. Je pa sobivanje v velikih družinah z več generacijami lahko naporno predvsem za tistega, ki se na kmetijo primoži ali priženi.

aktivne udeležbe posameznika v lokalnem okolju. Večino življenja se ukvarja s kmetovanjem, po starših je pri tridesetih prevzel srednje veliko kmetijo in jo precej povečal. Od nastanka občine Naklo leta 1994 je bil kar štirikrat zaporedoma izvo-

V kmetijstvu brez fizičnega dela ne gre in prednost bivanja na kmetiji je gotovo povezanost, ki jo tovrstno delo zahteva. V preteklosti, ko se je rojevalo več otrok, je bila izbira, kdo ostane doma, precej lažja. Danes je otrok manj, zato je še toliko bolj pomembno, da se za kmetijstvo otroke navduši in se kmetija ob pravem času preda naprej.

Kljub vsemu je v današnjem času življenje na kmetiji lahko zelo lepo. A živimo v času, ko je treba iskati nove in nove prodajne poti, saj se odpirajo številne možnosti razvoja kmetije. Dopolnilne dejavnosti so tiste, ki omogočajo dodaten zaslužek na kmetiji in prijetno medgeneracijsko sobivanje.«

Uspešna zgodba Ivana Janeza Štularja – Kmetija Halovc

»Pri tisti hiši je najbolje, kjer je vsakega nekaj. Neki tistih, ki škodo delajo in stanejo, to so otroci. Nekaj tistih srednje generacije, ki morejo delati in skrbeti za vse, in nekaj starih, ki ne morejo delati in molijo za blagoslov,« je prenesel misel prijatelja **Ivan Janez Štular** iz Strahinja. Njegova življenjska zgodba je primer dobre prakse medgeneracijskega sožitja na kmetiji in

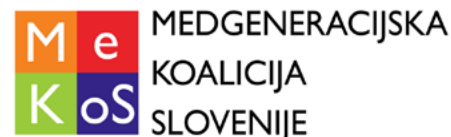
ljen za župana in pomembno doprinesel k razvoju občine. Kmetijo je predal sinu, ko je bil ta star trideset let. **»Na njej danes živimo tri generacije. Z ženo nisva več najmlajša in življenje naju je naučilo, da mladih ni dobro preveč učiti. Če se na naju obrnejo po nasvet, jim svetujemo. Jemo skupaj kosilo in večerjo, naša kmetija se ukvarja le s poljedelstvom. Pridelujemo krompir in čebulo. Trije vnuki, stari od 18 do 21 let, pridno študirajo in veliko delajo na kmetiji. Imajo jo radi in so vključeni tako v delo kot odločitve. Življenje na kmetiji da otrokom delovne navade,« pove gospod Štular, ki poudarja tudi pomen medposredskega sožitja.**

Tatjana Vrbošek,
Kmetijsko gozdarska zbornica Slovenije

MeKoS pred novimi izzivi

Medgeneracijska koalicija Slovenije – MeKoS, ki jo sestavljajo Študentska organizacija Slovenije, Dijaška organizacija Slovenije, Mladinski svet Slovenije ter ZDUS, ki trenutno tudi predseduje MeKoS-u, so se 7. oktobra sestali na seji, na kateri so začrtali prioritete naloge koalicije in teme, ki se jim bodo intenzivno posvetili v naslednjih devetih mesecih.

Konec tega meseca bo prvi posvet MeKos-a, ki se bo odvijal v Mariboru, sledili mu bodo posveti, okrogle mize in delavnice širom Slovenije, na katerih bo govora o medgeneracijskem sodelovanju, stanovanjski problematiki (bivanjski pogoji vseh generacij), zdravstveni problematiki, štipendiranju študentov, izobraževalnem sistemu, okoljevarstvu, zaposlovanju, trgu dela,



duševnem zdravju, javnem prevozu in digitalizaciji.

Lara Valič, foto T.K.



Seja MeKoS v veliki sejni dvorani ZDUS

AKTIVNO SPROŠČANJE
v dobri družbi do 22. 12. 2019

4 dni / 3 noči polpenzion
že od **140,40 €** na osebo

Dodaten **20%** popust
na vse wellness in fizioterapevtske
storitve v terminu do 1.-22.12.2019.

Koda rezervacije: ZDUS PLUS

Kaj so povedali ruski kolegi o oskrbi starejših?

»Rusija je zgradila cel sistem socialnega varstva za starejše, ki ne morejo živeti sami doma«, tako nam o položaju starejših pripoveduje podpredsednik Ruske zveze upokojencev. Pravi, da za starejše skrbijo in jim dolgotrajno oskrbo zagotavljajo v široko razpredeni mreži negovalnih ali oskrbovalnih domov. Vzrok za veliko potrebo po tovrstnih storitvah so, poleg naraščanja obsega starejšega prebivalstva, tudi družinski razlogi. V današnjih zoženih družinah in delovnem tempu članov v aktivni dobi ni mlajših oseb ali drugih družinskih članov, ki bi lahko poskrbeli za svoje starejše sorodnike. Mladi so se osamosvojili in odšli od doma, ali pa s svojimi starši nočejo živeti. To večinoma niti ne bi bilo v interesu samih starejših

rodniki oskrbovanca običajno ne plačujejo oskrbe za svojega člana. Vlada plača delež v skladu z individualnimi okoliščinami na strani oskrbovanca, Zveza upokojencev pa kontrolira stanje in razmere. Proračun ne namenja dovolj sredstev za vse potrebe, se pa pojavljajo donatorji in sponzorji, tako da se stroški nekako pokrijejo. Poleg javnih, delujejo tudi privatni domovi za starejše in tudi v njih se oskrbovancem razlika do polne cene oskrbe pokriva iz državnega proračuna. Kot povprečno ceno domske oskrbe v Moskvi omenja 1000 evrov mesečno, izven glavnega mesta pa naj bi bila cena nižja. Kot enega uspešnih primerov zagotavljanja varne in zadovoljne starosti so nam organizatorji srečanja predstavili dom dolgotraj-

Oskrbo v domu plačajo oskrbovanci sami, vendar to lahko predstavlja le 75 % njihove pokojnine. Kar zmanjka do polne cene oskrbe, pokrije državni proračun. Sorodniki oskrbovanca običajno ne plačujejo oskrbe za svojega člana. Vlada plača delež v skladu z individualnimi okoliščinami na strani oskrbovanca, Zveza upokojencev pa kontrolira stanje in razmere.

oseb. Pravi, da so njihovi domovi starejših dobri, da se v njih življenje nadaljuje. Imajo tudi posebne domove za dementne osebe z dolgo čakalno dobo na sprejem. Teh kapacitet primanjkuje in bi jih verjetno še bolj, če ne bi bili ljudje s to vrsto obolenosti mnogo premalo seznanjeni. Seveda je stanje po regijah različno in večinoma drugačno od Moskve. Deloma je pogojeno z dejanskimi potrebami, deloma pa z razvitostjo področja. Je različno v ruralnih in urbanih okoljih, kjer je tudi način življenja različen. Pri zagotavljanju kapacitet v domovih ali drugačni oskrbi starejših oseb morajo upoštevati tudi kulturne razlike v geografsko obsežni in tudi v življenjskih stilih raznoliki deželi. To je zelo naporno za oskrbovalce. Za primer navede osetsko narodno skupnost, kjer starejši tradicionalno živijo s svojo družino in jih ni mogoče preseliti v dom za starejše oziroma v oskrbovalno inštitucijo, čeprav razmere v družini ne dajejo ugodnih pogojev za domačo oskrbo. To nima nič skupnega z ekonomskim razvojem in napredkom. Kulturni vzorec je zakoreninjen in se ne spreminja. Oskrbo v domu plačajo oskrbovanci sami, vendar to lahko predstavlja le 75 % njihove pokojnine. Kar zmanjka do polne cene oskrbe, pokrije državni proračun. So-

ne oskrbe – »Družbena hiša«, ki posluje na osnovi spremenjenih lastninskih odnosov, konkretno na osnovi na mestno upravo prenesenega premoženja posameznika, iz katerega se potem pokrivajo stroški domskega bivanja. Program je podoben tistemu, ki deluje v Nemčiji, kar je bil verjetno tudi zgled za uvedbo programa v Moskvi. V nekaj nadstropni zgradbi sredi gosto naseljene stanovanjske četrti z blokovno gradnjo so stanovanja različnih velikosti in gradbenih izvedb ter predstavljajo možnost izbire posameznika, ki je mestu prepustil lastniško hišo ali stanovanje. Svoje novo bivališče lahko koristniki po svoje opremijo, pripeljejo s seboj opremo iz prejšnjega stanovanja, vzdržujejo svoje gospodinjstvo, če to želijo in dokler so tega sposobni, imajo v stanovanju vso različico opreme in predmetov, ki si jo želijo. Videli smo dosti tega, kar posameznikom pomeni spomine na preživeta leta, dosežke, sorodstva, prijateljstva in še žive emocije. V zgradbi je tudi lična kapelica, opremljena z ikonami in predmeti, potrebnimi za verske obrede. Celotnega sistema delovanja inštitucije ni mogoče opisati v tem kratkem sestavku. Ob obisku pa smo dobili vtis, da je skrb za starejše dobro urejeno, z udobnimi pogoji bivanja in da so prebivalci s svojo odločitvijo



Avtorica prispevka na Rdečem trgu v Moskvi

zadovoljni. Seveda se nehotе vsiljuje vprašanje, ali so nam pokazali vse nianse možnosti, izbor in počutij glede na vložek posameznika. Vsiljuje se tudi zaključek, da stvar ne bi dolgoročno delovala, če mesto od tega ne bi imelo materialnih koristi. Prikazano, dokaj pozitivno podoba skrbi za starejše, je nekoliko zatemnila razprava udeležencev prvega panela mednarodne konference »Zdrav stil življenja, dolgoživost, kvaliteta življenja«, kjer sem sama sodelovala v okviru konference »Vseživljenjsko učenje in pravica dostopa starejših oseb do izobraževanja«. Razpravljavci so govorili o vseh mogočih izzivih, ki so jih po moji oceni dosti bolj težili kot dostopnost do izobraževanja. Po izjavah in medsebojnih razpravah prisotnih sem zaznala, da imajo izredne težave z zdravstvenim sistemom, kar posledično zadeva predvsem starejše osebe. Predstavnik ene od regij, oddaljene od prestolnice, je izkoristil priložnost razprave ob mednarodni udeležbi in opisoval domače razmere in možnosti oziroma nemožnosti dostopa do zdravstvene oskrbe. Hitro je dobil družbo kolegov, ki se soočajo s podobnimi težavami. Iz povedanega je bilo razbrati, da so oddaljeni od Moskve v precej slabšem položaju v primerjavi s prestolnico. Centralizacija se je dobro odrazila, prav tako tudi neodzivnost oblasti in birokratski pristopi. Pravijo, da predloge, vprašanja, pritožbe naslavlja na ministrstvo za zdravje, ki se ne odziva. Če pa že reagira, pritožnike pošilja na dolgotrajno birokratsko pot pisnega pojasnjevanja in utemeljevanja problemov, kar razmer v življenju ne spreminja. Kako priti do odločevalcev, se sprašujejo. Pa ne le v tem, ampak tudi v drugih vprašanjih.

V Moskvi tudi o vseživljenjskem učenju

Ob zasedanju Generalnega sveta EURAG v Moskvi je bila organizirana dobro pripravljena in izredno obiskana mednarodna konferenca – Mednarodni Forum, ki se je ukvarjala z vprašanji vseživljenjskega učenja in izobraževanja, s posebnim poudarkom na možnostih starejših oseb.

Prisotnih je bilo več kot 200 udeležencev, strokovnjakov in zainteresiranih za to temo – raziskovalcev, univerzitetnih predavateljev, praktikov s področja izobraževanja, pedagogike, andragogike, uprave, javnih služb, vodenja delovnih procesov, kadrovanja, socialnega dela, zdravstvene oskrbe, vodenja projektov, raznih nevladnih pobud in organizacij, prostovoljnega dela in seveda članov Zveze ruskih upokoencev. Od teh je bilo 28 predstavnikov članic EURAG iz vse Evrope, ki so zastopane v Generalnem svetu. Starostna struktura obiskovalcev je bila zelo pisana. Preko predstavnikov organizacij starejših so bile zastopane vse regije največje države sveta. Foruma so se udeležili tudi sponzorji dogodka. V plenarnem zasedanju je nastopilo 10 uvodničarjev; od predstavnikov pristojnih ministrstev in dveh komitejev, ki se ukvarjata z mednarodnimi odnosi in s socialno politiko, dveh od Moskve oddaljenih ruskih republik, akademika s področja andragogike in geriatrije, do predsednika EURAG in namestnice predsednika moskovske mestne uprave. Konferenco je odprl predsednik Ruske zveze upokoencev, sicer predsednik Komiteja za socialno politiko Ruske Federacije. Uvod v delo konference je zanimivo popestril nastop pevskega zbora v narodnih nošah.



Ruske »Babuške« med svojim nastopom

V treh panelih, ki so potekali vzporedno, smo obravnavali:

1. **Zdrav način življenja. Dolgoživost. Kakovost življenja.**
2. **Informacijske tehnologije: vključevanje in razvoj ali samoizolacija?**
3. **Na aktivno staranje se je treba pripraviti.**

V panelnem delu je imelo svoje predstavitve 37 sodelujočih. Presenetljivo je bilo veliko število mlajših oseb, raziskovalcev in drugih strokovnjakov, ki se ukvarjajo z vprašanji staranja in učenja. Ugotavljam, da se v Rusiji, tako v znanosti kot praksi, mnogo ukvarjajo z izobraževanjem in učenjem in da so razmisleki o tem delovanju države in družbe zelo slični ugotovitvam, ki jih spremljamo v naši in ostalih državah zahodne Evrope. Imajo tudi nekaj specifičnosti, saj ženske smatrajo kot starejše v starosti več kot 55 let, moške pa nad 60 let. Zavedajo se, da ob daljšanju življenjske dobe to ne bo dolgo zdržalo. V zaključnem delu so bile povzete glavne ugotovitve in pobude konference, ki bodo pripravljene v obliki zaključnega dokumenta,

ki ga bomo po prejemu objavili tudi na spletni strani in v naši reviji.

Svoj prispevek o Akcijskem načrtu uresničevanja slovenske strategije dolgožive družbe sem predstavila v okviru prvega panela. V omejenem času za nastop sem poudarila zlasti ukrepe, ki omogočajo starejšim osebam dostop do učenja in izobraževanja, načine ozaveščanja vseh generacij in družbenih skupin o tovrstnih potrebah ob razvojnih spremembah, stimulacije za vlaganja v znanje še zaposlenih in že upokojenih starejših oseb, programe za posebne ciljne skupine, ukrepe Aktivne politike zaposlovanja, potrebo po ustvarjanju družbenega in fizičnega okolja, ki omogoča udeležbo v programih, ter potrebo po drugačnem modelu izobraževanja od obstoječega, za vse generacije. Za predstavitev sem dobila posebno priznanje, ki so ga organizatorji podelili nastopajočim iz drugih držav.

Jožica Puhar, Strokovni svet ZDUS, mednarodno sodelovanje

PARK POSTOJNSKA JAMA

Čudežni svet obstaja

Paketi vstopnic:

Postojnska jama + Predjamski grad 35,70 € ~~35,70 €~~ 24,32 €

Postojnska jama + Vivarij 31,80 € ~~31,80 €~~ 22,61 €

Kosilo že od 6,90 €

Cene veljajo za termina: 2. 10. 2019 - 22. 12. 2019 in 6. 1. 2020 - 3. 4. 2020

Info: Anita Dolenc, E: anita.dolenc@postojnska-jama.eu, T: 041 602 225 www.postojnska-jama.eu

Ugodne cene
za skupine

-29%
popust

na redne cene ob
nakupu paketov

Marinkina knjižnica

Pri Društvu upokojencev Škofja Loka so, kot lahko preberemo v zborniku Naše izkušnje so naše bogastvo, razvili poseben tip knjižnice, pri katerem je knjižna zaloga nastajala iz podarjenih knjig. Začetki segajo v leto 2007, ko jim je Marinka Gantar iz Železnikov, po kateri se knjižnica tudi imenuje - Marinkina knjižnica - podarila več kot 300 knjig. Z leti se je knjižna zaloga bogatila, saj so jim, ko so objavili da sprejemajo knjige, le-te podarjali tudi posamezniki.

Kot se spominja vodja knjižnice Marija Draškovič, so imeli na začetku nekaj težav, ker so dobili po več enakih izvodov, prostora pa ni bilo veliko. Problem so rešili tako, da so se povezali s knjižnicama pri župniji Stara Loka in Ivana Tavčarja ter še nekaterimi drugimi in jim odvečne izvode podarili. Da bi knjige čim bolj približali bralcem, so uvedli bralno značko, za katero so morali oz. morajo bralci prebrati določeno število knjig s priporočenega seznama, ki ga pripravijo v knjižnici. Na začetku so izbirali predvsem še žive slovenske avtorje, ki so jih vsako leto ob zaključku tekmovanja povabili na literarni večer, na katerem so bralcem podelili bralna priznanja in še kakšno praktično darilce. Letos, na primer, so gospe, ki klekljajo, naredile lipove liste, ki so jih dali okviriti in so jih bili prejemniki zelo veseli. Do zdaj so med drugimi gostili pisatelje Ivana Sivca, Toneta Partljiča in Bogdana Novaka, pisateljico Polono Škrišnjar pa so obiskali kar na domu v bližini Bleda. V minuli sezoni so za bralno značko izbrali dela Ivana Tavčarja. Spomladi, ob koncu tekmovanja, so na Visokem v obnovljenem Tavčarjevem dvorcu podelili priznanja o doseženi bralni znački, potem pa so se peš odpravili v Poljane v gostilno Na Vidmu, kjer so se povesečili. Vsako leto v okviru bralne značke bere vsaj 30 ljudi. Posebej razveseljivo je, da berejo tudi po tekmovanju. Tisto leto, ko je bil posamezni avtor izbran za bralno značko, so na vseh možnih virih nabrali njegove knjige in s tem obogatili tudi knjižnico. Člani Marinkine knjižnice so v osnovi upokojenci, vendar do zdaj tudi mlajših bralcev niso zavračali, saj se držijo načela, da je knjiga za med ljudi. Seveda pa se morajo vsi držati veljavnih pravil. Čeprav je izposoja brezplačna, torej tudi kazni za zamudnike ni, pa s tem nimajo težav. Med bralci so najbolj priljubljeni romani lažjega žanra, zelo aktualne so tudi kriminalke, so pa tudi posamezni-



Knjižnični fundus

ki, ki posegajo po zahtevnejši literaturi. Gospa Draškovič, ki je dolgo sodelovala pri splošni maturi iz slovenskega jezika, priporoča članom knjižnice tudi te romane, ki so praviloma kar dobro brani. Sicer pa bralci radi posegajo po knjigah, ki imajo pregleden tisk in nekoliko večje črke. Kar je starejših tiskov, je včasih kar problem, ker je slabši papir in manjše črke, zato je to težko brati, še doda vodja knjižnice.

pevska skupina Mavrica in skupina orgličarjev Loške orglice, ki delujeta v okviru DU Škofja Loka. Tudi sicer precej pozornosti namenjajo predstavitvi aktivnosti v društvu. Zelo aktivni so športniki. Planinski pohodi trajajo že 25 let in vsa leta jih vodi vodnica Nežka Trampuš. Pogovor z njo je bil zelo zanimiv. V letošnjem letu velja izpostaviti tudi pogovor s članico društva Meri Bozovičar, avtorico nedavno izdane knjige Krvava

Gospa Draškovič, ki je dolgo sodelovala pri splošni maturi iz slovenskega jezika, priporoča članom knjižnice tudi te romane, ki so praviloma kar dobro brani. Sicer pa bralci radi posegajo po knjigah, ki imajo pregleden tisk in nekoliko večje črke. Kar je starejših tiskov, je včasih kar problem, ker je slabši papir in manjše črke, zato je to težko brati, še doda vodja knjižnice.

V poletnem času pripravljajo prireditve v okviru Knjižnice pod krošnjami, pri katerih sodelujejo tudi z vrtci in šolami, v goste pa vabijo različne umetnike in druge zanimive posameznike ali skupine. Tako so povabili pesnico Nežo Maurer, ki je otrokom brala svoje pesmi, skupaj so tudi zapeli. Zanimiv je bil tudi obisk pisateljice Jasmine Kozina Praprotnik, ki jim je predstavila svojo knjigo Bela dama. To je knjiga o tekačici Heleni Žigon, ki je pri starosti 90 let tekla maraton. Lep večer so pričarali tudi mladi, ki so brali svoja dela, nastala na kreativni delavnici. Na sokolskem vrtu v bralnici sta svoja prozna besedila brali domači pisateljici Marija Krajnik in Minka Likar. Nastopili sta tudi

zarja, pa še veliko drugih prireditev, s katerimi povezujejo mlade in stare. Obiskali so tudi enoti vrtca Najdihojca v Podlubniku in Pedenjped na Trati. Igralec Matjaž Eržen je otrokom prebral pravljico, otroci so potem risali, spremljala pa jih je pevska skupina Mavrica. Delovanje Marinkine knjižnice vsa leta temelji na prostovoljstvu. So se pa prostovoljke dogovorile, da bodo skušale bogato knjižnično gradivo čim bolj približati bralcem tudi na druge načine. Eden od njih je že omenjena Knjižnica pod krošnjami, ki jo v naslednjih letih želijo nadgraditi, da bi resnično postala prava knjižnica s policami, stoli in spremljajočimi prireditvami.

Slavica Bučan, foto Zlata Ramovš

Komisija za tehnično kulturo ZDUS nadvse aktivna

Na podlagi sklepa UO ZDUS z dne 23. 9. 2019 se je na svoji prvi seji že sestala Komisija za tehnično kulturo ZDUS – KTK v mandatnem obdobju 2019–2023. Sejo je začela podpredsednica ZDUS Vera Pečnik, nato pa so izvolili Branka Suhadolnika iz DU Žirovnica za predsednika, Zdenko Bevc Škof iz DU Gorica pri Slivnici za namestnico predsednika, člani pa so Viljem Šetar DU Razvanje, Marija Turk DU Loški Potok in Nevenka Vidmar DU Ajdovščina.

Člani KTK so obravnavali Poročilo o delu KTK v prejšnjem mandatnem obdobju, predsednik pa je podrobno predstavil rokodelske aktivnosti v preteklosti in poročilo o izvedbi Ustvarjalnega stičišča na Dnevih medgeneracijskega sožitja 2019 v Ljubljani. Več pozornosti so člani namenili predlogom programa dela za obdobje 2019–2023, programu dela do konca 2019, o rokodelskih delavnicah Delfin 2019, o načinu dela KTK in o pripombah na gradivo medresorske vladne skupine za področje rokodelstva. V programu dela do konca leta 2019 bo sodelovanje članov na delavnicah o varnosti v prometu sta-

rejših (pešci) v DU Zg. Kungota, Prevalje, Brežice in Zagorje. Pomembni bodo tudi obiski pokrajinskih rokodelskih razstav. PZDU Zgornje Podravje v Lovrencu na Pohorju, PZDU Severna Primorska v Ajdovščini, PZDU Šaleška v Velenju, PZDU Gorenjska v Kranju in PZDU Pomurje v Murski Soboti. Največji pomen smo posvetili organizaciji že sedmih rokodelskih delavnic Delfin 2019, ki bodo potekale od 18. do 22. decembra v hotelu Delfin v Izoli. Delavnice so že izbrane in 8. oktobra je bila delavnica (kot nekakšen posvet) z vsemi vodji delavnic, na kateri so predstavili izdelek in potek izdelave. Na delavnicah bomo prvič izpeljali fotografsko delavnico za začetnike. V teku je že razpis za udeležence ter vse ostale priprave za izvedbo tega dogodka. Sprejeli smo tudi finančni načrt za 2019, ki pa večji del pokriva izvedbo Rokodelskih delavnic 2019 v Izoli. V programu 2019–2023 pa smo določili naslednje prioritete naloge: evidentiranje rokodelskih in fotografskih sekcij in njihovih članov po DU, Rokodelske aktivnosti – spodbujanje ohranjanja kulturne, tehnične in etnografske dediščine, prenašanje znanja na sovrstnike in mlade, organizira-

nje rokodelskih razstav in delavnic po DU in PZDU, soorganiziranje Ustvarjalnega stičišča vsako leto na Dnevih medgeneracijskega sožitja, mednarodno povezovanje in srečanja z rokodelci v tujini, in kot vrhunec, rokodelske delavnice Delfin vsak december v Izoli, fotografske aktivnosti – spodbujanje fotografskih razstav skupaj z rokodelskimi razstavami po DU in PZDU, izvedba fotografskega razpisa in razstave na Ustvarjalnem stičišču, izpeljava fotografske delavnice na RDD v Izoli, varnost v prometu – soorganizacija predavanj in delavnic po DU in PZDU na temo varnosti v prometu starejših v vseh oblikah prometa skupaj z DU, PZDU in Agencijo za varnost v prometu. Obravnavali smo vmesno poročilo Medresorske vladne skupine za področje rokodelstva in sprejeli pripombe, ki jih je vodstvo posredovalo Ministrstvu za gospodarstvo in tehnologijo, ki koordinira omenjeno skupino. Člani KTK se bodo tudi letos sestali z vodstvi vseh PZDU in skupaj z njimi oblikovali program dela tehnične kulture tudi po PZDU in način koordinacije v bodoče glede oblik aktivnosti, ki jih pokriva KTK ZDUS.

Branko Suhadolnik, foto ČK



Vodje rokodelskih delavnic v Izoli so pokazali svoje izdelke in znanje

Tako kot vsako leto je Komisija za tehnično kulturo ZDUS tudi letos, takoj po izboru rokodelskih delavnic, izpeljala delavnico, ki je potekala 8. oktobra v prostorih ZDUS v Ljubljani. Delavnico je vodil predsednik KTK, Branko Suhadolnik.

Na delavnici je bilo 14 ljubiteljskih mojstrov in mojstric, ki bodo vodili RDD 2019 in so podrobno predstavili svoje izdelke, način izdelave, potreben material in orodje. Letos se mentorji na RDD 2019 ne bodo dnevno menjavali, ampak bodo ostali vse tri dni na eni delavnici, zato so vodje delavnic posvetili vso pozornost, da bodo lahko pravočasno in kvalitetno izdelali izbrane izdelke. Na delavnici so sodelovali:

Milena Dimec – kaligrafija, Tončka Dvojmoč – vezenje na vrečki, Marija Golob – kvačkanje (obroba brisače), Emi Gregorčič – polstenje copate, Silva

Gutman – rože iz vrvice, Vanja Jarc – voščilnice, Mojca Kraljič – nakit iz CD, Mara Podržaj – kulinarika, Majda Repnik – figurica za jaslice, Franc Sever – pletarstvo (košara iz šibja), Vili Šetar – fotografiranje za začetnike, Marija Šmidovnik – nakit iz perlic, Danica Tisnikar – košarica, Zdenka Trobec – klekljanje za začetnike. V vlogi organizatorja pa so sodelovali Zdenka Bevc, Nevenka Vidmar in Branka Bizjan. Po temeljiti predstavitvi izdelkov, predlogov o potrebni opreми za izvedbo delavnic v hotelu Delfin in razpravi o posameznem izdelku in izdelavi, je Branko Suhadolnik predstavil še navodila o nakupu, pripravi in planu stroškov za material za delavnice, o izdelavi pisnega gradiva za vsak izdelek, o okvirnem programu rokodelskih delavnic Delfin in pogojih za vodje delavnic ter o poteku razpisa za mentorje.

Branko Suhadolnik, foto Janez Strojani



15. številka Shojenih poti, DU M. Sobota

Že petnajst let zapovrstjo izdaja Literarna sekcija DU Murska Sobota zbirko svojih del v lični knjižni obliki pod naslovom SHOJENE POTI. Sam naslov pove, da v prozi ali poeziji upokojenci DU pišemo vanj spomine, izkušnje, želje in sanje. Celo leto prizadevno zbiramo svoje prispevke, ki jih nato naša znana prekmurska pisateljica Karolina Kolmanič pregleda, oceni, popravi in pripravi za komisijo, ki odloči o količini in vsebini pripravljenega materiala, ki bo šlo v knjigo.

Našo knjigo lepšajo in razsvetljujejo čudovite slike, ki jih pripravijo člani Likovne sekcije Mozaik DU Murska Sobota. Hvala lepa za tako čudovito in plodno sodelovanje. Posebej bi poudarila, da sodelujemo tudi s Porabskimi Slovenci, ki tudi pišejo v naš zbornik, mi pa pošiljamo naše prispevke za njihov **Porabski koledar**. Skrbimo tudi za medgeneracijsko sodelovanje z učenci osnovnih šol in njihova dela prav tako objavljamo v Shojenih poteh. Nekateri od njih so postali že srednješolci, vendar še vedno ohranjamo stike z njimi. Vsako leto v mesecu oktobru pripravimo predstavitev. Tako smo sredi prejšnjega meseca v Galeriji **Mozaik**, ki je nekakšno središče upo-

kojenskega kulturnega dogajanja, pripravili predstavitev knjige **Shojene poti**, letos že petnajste po vrsti. Po svečani predstavitvi pa je predstavnik JSKD Aljoša Obal podelil bronaste, srebrne in zlate značke ter priznanja s področja literarne dejavnosti po

pravilniku o priznanjih sklada. S tem se je zaključil spet en del našega načrtovanega programa. Veseli smo, da nam je uspelo. Hvala vsem, ki ste nam pomagali uresničiti naše načrte.

Besedilo in foto, Irena Šrajner



Letošnja zbirka Shojenih poti

V Murski Soboti se dogaja ...

Literarna sekcija pri DU Murska Sobota je tudi letos zelo dejavna. Lansko leto je bilo v samozaložbi med člani in članicami izdanih kar pet knjižnih del, letos pa že tri. Izveden pa je bil tudi projekt Literarno srečanje piscev upokojencev Pomurja v aprilu ter v maju dnevi ljubiteljske kulture.

V septembru smo v prostorih Pokrajinske in študijske knjižnice prisostvovali predstaviti tretje pesniške zbirke z naslovom **Panonski biseri** naše članice in vodje literarne sekcije Irene Šrajner. Predstavitelj in komentar sta vodila njen založnik Robert Titan in priljubljena pomurska pisateljica Karolina Kolmanič. Gospa Karolina vodi Ireno od njenih otroških let, davnega 1963. leta, zato avtorico pozna in je v nagovoru dejala: »Izbor pesmi v pričujoči pesniški zbirki je tako raznovrsten, da bi ga težko zbrali v en sam šopek dišečega cvetja. Zajema in objema svet in naravo. Ta privlačnost do narave **pa je vsajana in trdno zasidrana v avtoričin svet ...**«

Robert Titan je ocenil značajske poteze pisanja: »Irena Šrajner je **pesnica pozornega pogleda; v nekaj kratkih zamahih zna pričarati nazorno in učinkovito podobo sveta, ki jo obdaja. Je iskrivega duha in v isti meri tudi**



Karolina Kolmanič, Irena Šrajner in Robert Titan. Od leve proti desni

pesnica kritične misli. Lepote pokrajine in srečanja z ljudmi, med katerimi živi, je ne zapeljejo zgolj v navdušen zanos, ampak se zaveda vseh slabosti in nečednosti, ki si jih delamo ljudje, medtem ko bivamo drug ob drugem, in drzne si kritično zaostri svojo pero in stvarnem podati resnično podobo, postaviti piko tam, kjer je treba. Ne le piko, tudi klicaj!«

Irena Šrajner je že pred leti izdala dve otroški slikanici, ki so ju ilustrirali njeni vnuki,

življenjsko zgodbo z naslovom, **Nikjer se toliko ne naučiš o življenju kot na kmečkem dvorišču**. Tudi letos sodeluje na Mednarodnem natečaju za najboljšo otroško in mladinsko knjigo mestne občine Schwanenstadt v Gornji Avstriji. Letošnjega decembra pa bo ugledal luč sveta njen roman Nedokončano iskanje, ki ga bomo predstavili tudi našim bralcem v eni od prihodnjih številčk. Iskreno ji čestitamo in želimo še veliko življenjske energije.

Besedilo in foto, Irena Hozjan

Kje so tiste stezice, s pesmijo v jesen

Člani Društva upokojencev Grobelno so pripravili konec septembra kulturni večer, ki je naletel na širok odmev. Zbrane je najprej nagovoril predse-

dnik Ivan Žogon ter gostom in nastopajočim zaželel, naj jih pesmi spominjo na njihovo mladost in ponesejo na nekdanje stezice.

Prvi so nastopili člani DU Grobelno s skupino Šentviških 5 z Jasmino Levičar, predstavili so se s pesmijo Kje so tiste stezice. Sledila je UTŽ Šmarje pri Jelšah s



Kje so tiste stezice ... (k' so včasih bile)

skupino Zveneče Jelše, mlada muzikanta Anže Lubej in Nejc Rezec iz Grobelnega, na domače inštrumente so zaigrali legendarni Slamjeki iz DU Planina pri Sevnici, iz Rogatca so prišle rogaške pevke, sledila je skupina Rajske strune iz Grobelnega, DU Kostrivnico pa so predstavljali Ljudski pevci. Folklorna skupina Kulturnega društva Blagovna je zaplesala splet štajerskih plesov, iz Bistrice pri Sotli je prišla Skupina ljudskih pevcev, iz Dobja je nastopila skupina harmonikarjev Planinski

cvet, kot zadnja pa je nastopila šentviška skupina, katere ustanovitelj je Janez Žogan s pesmijo Kozjanska pesem. Na koncu so vsi nastopajoči zaigrali in zapeli pesem z naslovom Kam le čas beži. Prisotne so v upanju, da se ohrani domača ljudska pesem pozdravili Silva Koželj, podžupanja občine Šentjur in predsednica DU Šentjur, Jože Misja, podžupan občine Šmarje pri Jelšah in Marija Čakš, predsednica Zveze DU Kozjansko. »Rad bi se zahvalil občini Šentjur, občini Šmarje

pri Jelšah in krajevni skupnosti Grobelno, brez njihove pomoči nam ta prirediteljev **ne bi tako lepo uspela, zahvala mesnici »Moj mesar Jože« Jože Škerjanec s.p., prostovoljnemu gasilskemu društvu Šentvid pri Grobelnem in našim članicam za veliko pomoč pri pripravi in postrežbi hrane**«, je dejal predsednik Žogan. Program je več kot odlično povezovala Mimica Kidrič.

Besedilo in foto, Milenka Blažević

Razstava ročnih del v Lovrencu na Pohorju

Zgornjepodravska pokrajinska Zveza društev upokojencev Maribor, Komisija za tehnično kulturo in Društvo upokojencev Lovrenc na Pohorju so sredi oktobra v Osnovni šoli v Lovrencu na Pohorju pripravili veliko razstavo ročnih del, ki so jih ustvarili člani in članice rokodelskih sekcij štirinajstih društev upokojencev, združenih v PZDU Maribor.

Prvič so svoja dela predstavili tudi člani in članice društva upokojencev iz kraja Kebel na Pohorju. Društva so se predstavila z

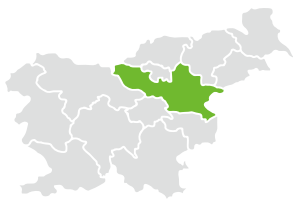
izdelki različnih tehnik, od kvačkanja, pletenja, šivanja, do različnih dekorativnih izdelkov in uporabnih izdelkov iz pohorskega kamna. »Razstava je lepo uspela, obiskovalcev je bilo veliko. Naša razstava je ena večjih v Sloveniji, saj razstavljamo skupaj z učenci naše osnovne šole, na kateri že 29. leto vodimo rokodelski krožek,« je povedala **Marija Perklič**, voditeljica rokodelskega krožka **Pikapolonice** iz Lovrenca na Pohorju. Razstava je bila na ogled le tri dni, toda učenci svoja ročna dela v ličnih zastekljenih vitrinah v šoli razstavljajo vse leto.

Rokodelski krožek Pikapolonice obiskuje 31 članic, prihodnje leto pa bodo obeležile 30. obletnico delovanja, na katero se že marljivo pripravljajo. »Ob tem si želimo, da bi bili naši izdelki, v izdelavo katerih vložimo mnogo delovnih ur, podobno cenjeni in občudovani, kot so na primer izdelki ljubiteljskih slikarjev, **prav tako članov društev upokojencev**,« je pridala Marija Perklič. Razstava v Lovrencu na Pohorju je bila lepo pregledna, saj je bila na ogled v vseh učilnicah in v šolski avli.

Irena Ferluga, foto Viljem Šetar



Razstavo si je ogledal tudi predsednik KTK pri ZDUS, Branko Suhadolnik



CELJSKA

Izobraževanje prostovoljcev

V Slovenskih Konjicah je bilo konec oktobra letno srečanje – izobraževanje prostovoljcev, ki delujejo v programu Starejši za starejše v društvih upokojencev Slovenske Konjice, Loče, Zreče in Vitanje. Izobraževanje je vodila Mira Iskrač.



Izobraževanje prostovoljcev

Z vzpodbudnimi besedami in zahvalo za delo, ki ga opravljajo, sta prostovoljce najprej pozdravila konjiški župan **Darko Ratajc** in predsednik DU Slovenske Konjice **Anton Obrul**. Prostovoljci, ki se jim je pridružil tudi predsednik DU Loče **Mirko Kračun**, so nato prisluhnili Miri Iskrač, ki se je najprej dotaknila zgodovine programa, ki v slovenskih društvih upokojencev živi že 16 let. Samo lani so prostovoljci v okviru tega programa opravili preko 110 tisoč obiskov starejših vrstnikov in jim zagotovili 58 tisoč različnih pomoči, vse z željo, da bi našli osamljene in onemogle ter jim olajšali stiske in olepšali starost. Osnovna tema tokratnega srečanja pa je bila »Preveč zadolžitvev, premalo časa, kje sem pa jaz, prostovoljec?«. Prostovoljci namreč pogosto v želji pomagati drugim pozabijo nase, kar lahko vodi v skrajnem primeru tudi v izgorelost. Kako to preprečiti, kako poskrbeti zase, da bodo lahko pomagali drugim? Prostovoljci so na to vprašanje dobili konkretne odgovore in nasvete, ki jim bodo brez dvoma olajšali nadaljnje delo, saj ima predavateljica, ki se že celo svoje življenje posveča prostovoljnemu delu v različnih nevladnih organizacijah in društvih, bogate izkušnje in znanje.

Besedilo in foto, Milena Brečko Poklič

Letno srečanje savinjskih prostovoljcev

Prostovoljke in prostovoljci Savinjske pokrajine so se letos srečali v Gornjem Gradu. Udeležba je bila bolj skromna, saj se je srečanja od 92 aktivnih prostovoljcev, udeležila le slaba polovica. Kljub temu, da sem bila razočarana nad nizko udeležbo, pa je bila dobra stran srečanja ta, da so za pripravo zadostovala sredstva, ki smo jih dobili od ZDUS, saj so društva lahko pustila svoje blagajne nedotaknjene.

Ob desetih dopoldne smo se zbrali pri Galeriji Štekl, ki je nekdanji obrambni stolp gornjegrajske graščine. Občinska uslužbenka Liza nam je na kratko predstavila zgodovino Gornjega Grada in nas povabila na ogled etnološke zbirke in razstave v galeriji. Pozdravil nas je tudi gornjegrajski župan, Toni Špeh. Naslednja točka je bil ogled katedrale. Razkazal nam jo je župnik. V Gornjem Gradu so preko 300 let delovali Benediktinci, nato pa sta katedrala in graščina služila kot letna rezidenca ljubljanskih škofov, kar nekaj jih je v njej tudi pokopanih (tudi škof Tomaž Hren). Po prostornini je cerkev največja na Slovenskem, poseben pečat pa ji daje še **stalni božji grob** ter dragocene slike **Leopolda Layerja, Metzingerja, Kremser-Schmidta** in drugih umetnikov. Obiskali smo tudi zeliščni vrt, za katerega skrbita mladi zagnanki **Amanda** in **Maja**. Amanda nas je popeljala med zelišči in skoraj pri vsaki od zeli povedala zanimivo zgodbo ali anekdoto. Po ogledu smo se ustavili še v njeni Zeliščarni, kjer nam je Maja prikazala umetnost kuhanja, predvsem pa pitje čaja. Tudi za čaj si je treba vzeti čas. Že kar utrujeni smo se nato zbrali v gostišču **Menina**, kjer so nam predstavniki **Diners** predstavili našo prostovoljsko kartico. Kar četrtina prostovoljcev se je odločila za to kartico. Po predstavitvi pa smo imeli skromno kosilo. Srečanja se je udeležila tudi predsednica PZDU Celje, **Zdenka Jan**, podpredsednica ZDUS, **Vera Pečnik**, pa se je opravičila. Dan je minil v prijetnem vzdušju, tako vsaj ocenjujem po povratnih informacijah koordinatork in prostovoljk. Ugotovljale so, da je tudi doma, v bližnji okolici, veliko zanimivosti, mimo katerih hodimo skoraj vsak dan, pa vendar vedno spoznamo kaj novega.

Karlina Mermal

Razvajanje v Izoli

Člani DU Gorica pri Slivnici smo se 1. oktobra zbrali v oblačnem in hladnem jutru. Vsi, ki smo se prijaviili za letovanje v hotelu Delfin v Izoli, smo se veseli podali na pot. Kar 62 članov je svojo pot na morje, in čez en teden domov, zaupalo šoferjem Marku, Marjanu in Slavku, za kar se jim iskreno zahvaljujemo. Na poti nas je spremljalo nekaj dežnih kapelj, ki pa so po pozdravu predsednice Zdenke kar ponehale in dale prosto pot sončnim žarkom.

Po nekaj urah smo srečno prispeli v Izolo in po prijavi na recepciji kmalu zasedli svoje sobe. Po kosilu nam je prijazno dobrodošli-co zaželela direktorica hotela, gospa Nina Golob. Ponosno je nazdravila z nami in se pohvalila, da hotel vsako leto dobiva nove točke za kvaliteto. Tudi mi se teh dosežkov veselimo. Zaželela nam je prijetno bivanje, polno lepih doživetij in novih prijateljstev. Začelo se je naše druženje v vodi, na pohodih in izletih. Najboljši pa so bili skupni večeri z glasbo, pesmijo in plesom. Skupaj z Marjetko smo v sredo zjutraj zapeli venček vedno lepih slovenskih pesmi, ki so med nami tudi vedno bolj cenjene. Marjetka je začela: **Kdor pesmi poje rad, je večno lep in mlad ...** to je sicer refren pesmi, a besede, ki v jeseni življenja prijajo vsakemu od nas. Jutranja telovadba v vodi in v telovadnici je bila na programu vsak dan. Po svojih najboljših močeh smo si razgibali sklepe in tako lažje odšli na sprehode ob obali ali v mesto. Naši malo mlajši člani pa so odšli še peš v Koper in tudi čez Križ v Strunjan, pa v Portorož in še naprej v Piran. Izlet z ladjo »Svetko« pa je bil pravo presenečenje za vse. Med plovbo do Portoroža smo si ogledali vse naravne znamenitosti in pomembne stavbe. Hoteli, posebno pa vikendi naših veljakov, so bili prava paša za oči. Ladjar je poskrbel tudi za rujno kapljico, ki je dala žametne glasove pevcem, da so slovensko pesem poslali po valovih morja.



Pred hotelom za spomin na letošnji dopust

Veliko lepih prijateljstev se je spletlo. Srečevali smo se šest dni, se pogovarjali in ugotavljali, da smo upokojenki tisti ljudje, ki se zelo radi družimo in pogovarjamo o vseh rečeh, ki nas spremljajo zdaj, v zrelih letih. Ponosni smo na naše vodstvo! Gonilna sila društva je Zdenka Škof s svojo ekipo. Je zelo razumevajoča, natančna in dobrega srca. Za vsakega najde lepo besedo in vse, kar si zamisli, izpelje v dobro vseh članov. Pohvaliti moram tudi osebje v hotelu. Vsi so nas razvajali. Omeniti pa moram še naš vsakdanji obred v knjižnici hotela. Zjutraj imamo redno čiščenje zob, kolikor jih sploh še imamo, in pa protez. Temu sledi dnevni program, pa tudi kakšna šala. Vsak se odloči po svoje in dan kar najbolje izkoristi. Veliko smeha in potegavščin so deležni novinci na letovanju, ki pa se kmalu navadijo na posebno zobno pasto.

Nepovabljen je med nas prišla tudi bolezen, ki pa smo jo s pomočjo zdravstvenega osebja uspešno premagali. Vsega lepega je enkrat konec. Tudi mi smo se morali v hotelu posloviti in obljubili smo, da še pridemo. Na poti domov smo imeli postanek na Trojanah za kosilo, prav tako je obvezen nakup krofov, da se oddolžimo domačim. Hitro so se začele izstopne postaje in udeleženci dopustovanja, polnega lepih doživetij, smo izstopali. Predsednica Zdenka je vsakemu stisnila roko v pozdrav, se zahvalila za dobro družbo in zaželela veselo snidenje v Izoli tudi drugo leto.

Mimika Čujež, foto Slavko Škof



Najboljše ekipe s prejetimi pokali

pozdravil vse upokojenke in upokojenke in v nagovoru opozoril na njihov gmotni položaj. Poudaril je, da je stanje za preživetje čedalje slabše, saj ljudje živijo pod pragom revščine in to naj bi bil kar vsak šesti starostnik star nad 65 let. Celotno 30 % ljudi je takih, da jim lasten prihodek ne zadošča za preživetje v enem mesecu. Predsednik Sušnik je izrazil razočaranje, ker so kandidati za poslance veliko govorili o upokojenkih, danes, po letu od izvolitve, pa o njih nihče več ne spregovori besede. Dejal je, da je nova vlada sprejela nekaj naših predlogov, ki pa jih je treba še uresničiti. Med drugim je opozoril tudi na nedelujoče in neurejeno zdravstvo in bivanjske pogoje. Srečanja se je udeležila tudi podpredsednica ZDUS **Vera Pečnik**, direktorica hotela Delfin Izola **Nina Golob** in vrsta drugih pomembnih oseb. V programu je nastopila plesna folklorna skupina, pisateljica iz Dolenjskih Toplic, **Marija Tomažin**, ter pevec **Potočnika** iz Uršnih sel. Program je vodil **Stane Zagorc**, na dveh stojnicah pa je bila na ogled razstava ročnih del rokodelk in rokodelcev, ki so zbranim pokazali svoje izdelke. Na koncu programa je bila še razglasitev in podelitev pokalov najboljšim ženskim, moškim in skupnim ekipam športnih iger. Najboljša v kategoriji žensk je ekipa DU Mirna pred Trebanjkami in Novomeškankami, pri moških pa so lovoriko osvojili Kočevci pred Novomeščani in ekipo Mirne. Skupno je slavila Mirna pred Novim mestom in Trebnjem. Čestitamo!

Besedilo in foto, Marija Golob

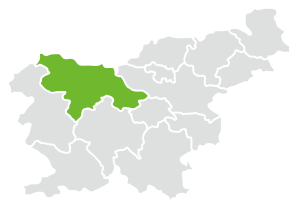


DOLENJSKA IN BELA KRAJINA

Letno srečanje PZDU Dolenjske in Bele krajine

Že tradicionalno vsako leto prvo soboto v avgustu poteka srečanje Pokrajinske Zveze Dolenjske in Bele krajine. Letošnje, na Jasi v Dolenjskih Toplicah, je bilo že sedemnajsto zapovrstjo. V PZDU deluje 36 društev iz 21 občin in šteje nekaj nad 14 tisoč članov. Ti delujejo v športnih, kulturnih in drugih dejavnostih in sekcijah.

V letu, ki se počasi izteka, so se odvijale že 44. športne igre upokojenec, na katerih je sodelovalo okoli tisoč tekmovalk in tekmovalcev. Vsako leto imajo svoje srečanje literati in pevski zbori, letos je na pevski reviji pelo preko 250 pevcev in pevk. V letošnjem letu je bil izvoljen in imenovan novi predsednik, **Dušan Kraševc**, ki je na začetku srečanja tudi nagovoril in pozdravil več tisoč glavo množico. Tudi predsednik krovne organizacije, Janez Sušnik, je



GORENJSKA

Program Starejši za starejše – ne zapirajte vrat prostovoljcem

Starost želimo preživeti v okolju, ki ga poznamo in kjer se dobro počutimo tudi takrat, ko ne moremo v celoti skrbeti zase, ne bi pa radi izgubili samostojnosti in dostojanstva. Program Starejši za starejše se je porodil na ZDUS-u z namenom, da ugotovimo, v kakšnih razmerah živijo občani in občanke stari 69 let in več, ter kako jim polepšati starost in olajšati stiske, ne glede na to, ali so člani naše Zveze ali ne.

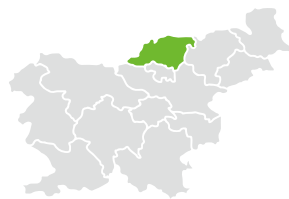
Društvo upokojenec Tržič se je v program vključilo septembra 2011 in je med najuspešnejšimi na Gorenjskem. Tržič ima okoli



Tržiške prostovoljke med sprostitvijo in klepetom

2.100 prebivalcev starih 69 let in več. Do zdaj smo jih prvič obiskali 1.580 ter z njimi izpolnili vprašalnik z namenom, da ugotovimo, v kakšnih razmerah živijo. 285 starejših oz. 18 % ni želelo odgovoriti na vprašanja, 639 oz. 40 % pa je takih, ki so že imeli, ali so potrebovali, kakšno pomoč. Ponovnih obiskov je bilo 3.895. Pomeni, da smo vsakega anketiranca obiskali dva in pol krat. Pri tem je treba povedati, da nekateri niso želeli obiskov, nekateri pa bi jih želeli več. Ugotovili smo tudi, da je osamljenost precejšen problem starejših, še posebej tistih, ki v poznih letih izgubijo partnerja, nimajo pa dovolj prijateljev in znancev, ki bi jih obiskovali. Ugotavljamo tudi, da bi se po smrti zakonca marsikdo preselil v manjše stanovanje, če bi bilo na voljo. Naše društvo je v teh letih nudilo precej raznovrstnih pomoči: druženje (2.026), sprehodi (313), prevozi (245), pomoč pri hišnih opravilih (28), dostava iz trgovine (26), dostava humanitarnih paketov (15), pomoč pri osebnih opravilih (37), 23 starejšim smo pomagali priti do humanitarnih paketov Rdečega križa ter do enkratnih pomoči na Centru za socialno delo. Zanimiv je podatek, da okoli **80 % vprašanih s svojimi prihodki pokrije osnovne življenjske stroške**, 8 % včasih zmanjka, približno 3 % starostnikov pa ima precejšnje težave. Največkrat jim pomagajo otroci ali vnuki, sicer se morajo znajti sami. Dobra tretjina se jih počuti zdrave, polovica še kar, ostali pa se ne počutijo dobro. S tem povezano je tudi uživanje medikamentov: 30 % vprašanih vsak dan jemlje več kot pet različnih zdravil, 11 % štiri zdravila vsak dan, le 11 % je dovolj zdravih, da ne posegajo po zdravilih. Starejši se ukvarjajo z različnimi dejavnostmi: družijo se s prijatelji, vrtnarijo, hodijo na izlete, pohode, poslušajo radio, gledajo televizijo. **Zanimivo je, da jih več brska po spletu (19 %) kot dela ročna dela (15 %).** Vprašani si v Tržiču najbolj želijo: **Dnevni center za ljudi z motnjami spomina, kamor sodi demenca (29 %), Center dnevnih aktivnosti (26 %), povečanje Doma za starejše ter možnosti prevozov k zdravniku in v trgovino, da jim ne bi bilo potrebno znova in znova prositi za pomoč.** Ob pomoči Občine Tržič, Lions kluba Bled, Rotary kluba Tržič-Naklo in našega društva, ob novem letu razdelimo kartice za nakup tistim, ki jih predlagajo prostovoljci. Program Starejši za starejše v Tržiču ne bi mogli izvajati v takem obsegu, če ne bi bilo 31 prostovoljk in prostovoljcev, ki pokrivajo celotno občino in svoj prosti čas namenijo humanitarnemu delu, za kar zaslužijo vse priznanje. **Ne zaprite jim vrat, če vas bodo obiskali. Vsi vaši podatki so skrbno shranjeni in se uporabljajo le za naše statistične analize, za vse ostalo (obiski, pomoči in podobno) pa se dogovorimo sproti.**

Karel Štucin, foto arhiv DU Tržič



KOROŠKA

Starejši pešci varni v prometu

V okviru mednarodnega tedna mobilnosti smo v soorganizaciji ZDUS na Prevaljah pripravili delavnico, ki se je nanašala na problematiko vključevanja starejših pešcev v promet s poudarkom na problematiko odnosa pešec - avtomobilski promet. Delavnica je potekala v prostorih občine na Prevaljah. Zadali smo si plan, da vključimo čim večje število pešcev, imeli so priliko izpostaviti svoje poglede na urejenost prometa v kraju in opozoriti na kritične točke.

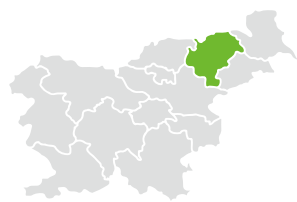
Pri pripravi delavnice so sodelovali: predstavnik **Branko Suhadolnik** kot predsednik sekcije za tehnično kulturo pri ZDUS in zadolžen za področje mobilnosti in "pešačenja". Predstavil je dejavnost Zveze in iz njegove predstavitve je bilo razvidno, da je zveza pomemben člen pri urejanju prometa z vidika starejših pešcev. Poudaril je predvsem vse večje število starejših v cestnem prometu in potrebe prilagajanja cestne ureditve v Sloveniji, kjer je zveza zelo aktivna. Predstavnica občine Prevalje, **Lavra Borovnik**, delujoča na področju komunalne problematike v občini in članica sveta za preventivo in vzgojo v cestnem prometu v občini Prevalje se je poglobljeno lotila planov občine Prevalje in jih osvetlila z več vidikov. Podala je informacijo o trenutnih aktivnostih v občini in načrtovanja urejanja cestnega prometa v prihodnje. Poseben poudarek je namenila varnosti pešcev in urejenosti kolesarske problematike v občini v smislu pridruženja izgradnje kolesarskih poti z vidika prostorske danosti. Kot pomemben akter delavnice je nastopil **Zoran Kralj**, predstavnik policijske postaje Ravne na Koroškem in vodja varnostnega okoliša v občini Prevalje. Predstavil je statistične podatke glede varnosti v cestnem prometu, statistiko s področja kriminalitete in varnosti s strani policije. V nadaljevanju se je odprla živahna debata o težavah krajanov v odnosu do voznikov in obnašanju posameznikov v cestnem prometu. Eden od zanimivih primerov je bil način uporabe krožišč in način vključevanja v krožišče. Saj vemo, kajne? Vsem se mudi! Še težje je premikati navzgor in navzdol »čudežno paličico« ob krmilu, ki sporoča vozniku za nami, ali bomo zavili levo ali desno. Zanimiva je ugotovitev, da je uporaba smerokazov premo sorazmerna s težo in močjo avtomobila. Težje kot je vozilo, manj uporablja smerokaze. Ne vem, morda jih pa nimajo, ker kupci nimajo več



Pred odhodom na ogled terena

denarja za smerokaz ob nori ceni stroja, ki gospodari lastnikovi zadnjici. Sestavni del delavnice je bil sprehod ob glavni cesti z opazovanjem obnašanja tako pešcev kot voznikov. Zanimivo je, da ni bilo posebnih izpadov, seveda ob dejstvu, da je bil v skupini sprehajalcev policaj v uniformi. Še vedno je uniforma strah in trepet morebitnim kršiteljem CPP. Naj zaključim z mislijo, da sem nekoliko razočaran nad udeležbo. Povabili smo precejšnje število ljudi, prisotnih pa je bilo okrog dvajset »firbcev«, ki so se izkazali za prijetne sogovornike. Še posebna pohvala pa gre udeležencem iz sosednjih občin, predvsem iz Črne na Koroškem. Skupni dogovor je bil, da kljub slabi udeležbi ponovimo zadevico z malenkost spremenjenim scenarijem in upam, s številčnejšo udeležbo. Kajti, vsi se staramo, vedno manj smo okretni in vedno bolj potrebni pomoči v takšni ali drugačni obliki.

Besedilo in foto, Alojz Ovnič



ZGORNJE PODRAVJE

Izlet v Vojvodino

Slovenskobistriški upokojenci smo v septembru, na letošnjem devetem izletu, spoznavali lepote Vojvodine, žitnice nekdanje skupne države SFRJ. Čez Madžarsko mimo Blatnega jezera smo se odpeljali do Subotice, mesta, ki nas je očaralo z bogatimi pročelji stavb, zanimivo mestno hišo, sinagogo, mnogimi cerkvami, prijetnimi ljudmi in mestnim vrvežem.

Nato smo obiskali Paličko jezero, turistični kraj, ki je odlično mesto za uživanje in počitek. Zvečer smo prispeli v vojvodinsko prestolnico Novi Sad, v katerem smo začutili večerni utrip velemesta, v tipičnem lokalu Lazin salaš pa smo se predajali gurmanskim užitek v vojvodinske kuhinje. Naslednji dan smo si ogledali mestno jedro: Donavski park, Trg svobode, Srbsko narodno gledališče, meščanske hiše in druge znamenitosti, saj imenujejo Novi Sad tudi kulturna prestolnica Srbije. Povzpeli smo se na znamenito Petrovaradinsko trdnjavo, zgrajeno za obrambo pred Turki. Z nekoč neosvojljive utrdbe smo si ogledali celotno mesto in okolico z Donavo. Popoldne smo obiskali narodni park Fruška gora in se ustavili pri samostanu Novo hopovo. Potovanje je bilo polno spominov na preteklost, nekateri so na tem področju preživljali svoje

vojaške dni v JLA, drugi so obiskali znance, prijatelje in sorodnike, vsi pa smo občudovali ravnice, žitna in koruzna polja, Donavo in druge lepote Vojvodine.

Z lepimi vtisi smo se čez Hrvaško vrnili domov.

Vida Lipoglav, foto Gabriel Cintauer

Selničani so obiskali Izolo

DU Selnica ob Dravi si je že v letu 2018 v Hotelu Delfin v Izoli uredilo rezervacijo z namenom, da zadnje lepe jesenske dni letošnjega leta preživi pri njih in ob tem razišče slovensko obalo. Tako smo se na pot odpravili 24. oktobra izpred trgovine Mercator v Selnici ob Dravi. Pot nas je vodila mimo Maribora, Celja, Ljubljane do počivališča Ravbarkomanda, kjer smo imeli postanek za okrepčila in kavico.

Ko smo prispeli do hotela, nas je v recepciji pričakalo prijazno osebje in nastanili smo se po sobah. Po kosilu nas je sprejela in pogostila direktorica hotela, ki nam je zaželela prijetno bivanje in veliko uživanja ob lepem in toplem vremenu, ki je pred nami. V hotelu so imeli od 19. 10. do 26. 10. tradicionalni **Delfinfest**. Zadnja dva dneva smo tako tudi mi lahko uživali pester kulturni program in zabavo z različnimi glasbenimi izvajalci. V petek smo se nekateri odpravili na sprehod do centra Izole, ki je živahno mediteransko mesto in turistično središče, kjer se nahaja tudi naš hotel Delfin. Sprehodili smo se mimo starih palač do cerkve sv. Mavra, ki je najbolj vidna izolska cerkev, saj stoji na najvišji točki nekdanjega srednjeveškega otoka in daje mestu prepoznavno silhueto. V strogem centru Izole smo obiskali muzej ozkotirne železnice Parenzana, ki je povezovala Poreč s Trstom. Po kosilu so si nekateri privoščili počitek, najbolj pogumni pa kopanje v morju, ki je imelo še 20 stopinj Celzija, ozračje pa prijetnih štiriindvajset. Zvečer smo uživali in zaplesali ob prijetnih zvokih Ansambla Snežnik. Voznik avtobusa nas je v soboto zapeljal do Pirana. Sprehodili smo se po obali in čez Tartinijev trg, si privoščili kavico in se odpeljali do Portoroža. Sprehodili smo se po plaži in se opoldne vrnili v hotel. Popoldne smo se družili ob hotelskih bazenih, nekateri pa so počivali. Prehitro je prišla nedelja in čas odhoda. Po zajtrku smo se poslovili od hotelskega osebja in se odpeljali proti domu. Ustavili smo se še na Trojanah, se okrepčali, nabavili krofe za svoje domače in v Selnico, polni prijetnih vtisov, srečno prispeli ob 13.30. Hvala našemu šoferju, našemu predsedniku in njegovi ženi za nepozabne tri dni. Drugo leto pa se zopet vidimo.

Besedilo in foto, Vlado Sabolek



Fotografija iz popotniškega dnevnika



Spominska fotografija pred hotelskim poslopjem

Odpravili smo se na koprsko

Člani Kluba upokojenih delavcev Ministrstva za notranje zadeve Maribor so se 3. oktobra podali v Koper, da bi skupaj spletili še eno zanimivo zgodbo. Udeležili so se srečanja članic in članov Zveze klubov Slovenije, ki združuje 15 klubov.

S svojimi nekdanjimi stanovskimi kolegi so se srečali v centru šestega največjega mesta v Slovenji, kjer so jih sprejeli in pozdravili predsednik zveze Niko Jurišič, direktor PU Koper Tomaž Čehovin in predsednik kluba Koper, Dušan Arko. Po jutranjih formalnostih so si ogledali Luko Koper, spoznali so razsežnosti območja, na katerem Luka deluje ter nekatere njene posebnosti, kot so lastna varnostna in gasilska služba, policijska in carinska enota ter številne inšpekcijske službe. Dediščino tisočletne tradicije vinarstva in vinogradništva Slovenske Istre so spoznali ob ogledu kleti Vina Koper. V degustacijski sobi so žlahtnost njihovih vin tudi okusili, nato pa so se odpravili v Hrastovlje. Pod Kraškimi robom so si v cerkvi svete Trojice ogledali znamenite freske. Prav po njih, po t. i. Mrtvaškem plesu, je postala vas tudi mednarodno poznana. Vredna ogleda je bila tudi bogata osebna zbirka krajana Hrastovelj. Na ogled je postavil orožje iz obdobja prve in druge svetovne vojne ter vojaške uniforme. Predsednik Zveze Niko Jurišič je ob tej priložnosti podelil zlato in srebrno priznanje članoma mariborskega kluba Miloju Cerkovniku in Tonetu Tušku. Mariborčani so pritrdili organizatorju, da takšna druženja pripomorejo k utrjevanju vezi med nekdanjimi sodelavci, danes stanovskimi kolegi. Zato se bodo še naprej trudili, da bodo srečanja ostala tradicionalna. Zavedajo se, da mladi, kot so bili na tem srečanju, ne bodo prišli več skupaj, a tak veseli, kot so bili ta dan, bodo zagotovo še velikokrat.

Besedilo in foto, Mirko Ploj



Jubilanti in člani kluba pred prireditvijo

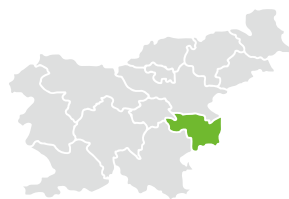
Slovesnost so kulturno obarvali

V dneh, ko se je narava pričela odevati v čarobne jesenske barve in ko je v v Mariboru potekalo Borštnikovo srečanje, so v Klubu upokojenih delavcev Ministrstva za notranje zadeve Maribor za svoje članice in člane organizirali slovesnost pod naslovom »Praznujmo skupaj«.

V uradni pričetek slovesnosti jih je popeljal kvartet policijskega orkestra s himno. Pred zbrane je stopil predsednik kluba Mirko Ploj, ki je svoj govor spletel na vsebino pesmi Ivana Minattija, »Nekoga moraš imeti rad«. Poleg kvarteta policijskega orkestra je njihov kulturni program obogatila tudi mlada obetavna pevka Stela Tavželj. Z narodno pesmijo se je predstavila članica kluba Majda Bobanec. Mirko Ploj pa je prebral črtico z naslovom Pogovor med vnukom in dedkom. Vsem, ki so praznovali okroglo obletnico rojstva, so pripravili posebno darilo. Prejeli so jih: Ljudmila Božič, Mira Marin, Branko Rokavec in Janez Valenčak za sedemdeset let. Zlatan Josipovič je prejel darilo za 80 let, Slavica Ferlič in Irena

Primožič za 85, Vida Fanin pa za 90 let. Prav vsem so zaželeli trdnega zdravja še naprej. S svojim obiskom jih je prijetno presenetil še priznani gledališki in filmski igravec Bojan Marošević. Predstavil se je kot slovenski pesnik, general in borec za severno mejo, Rudolf Maister. Kot se za čas Borštnikovega srečanja spodobi, so pripravili prijetno popoldansko druženje z bogatim kulturnim programom. Če znaš uživati življenje, je lepo tudi, ko si že malo v letih, so si bili enotni. Dan, ki so ga preživeli skupaj, je vreden spomina, zato bodo še dolgo pripovedovali o njem.

Besedilo in foto, Mirko Ploj



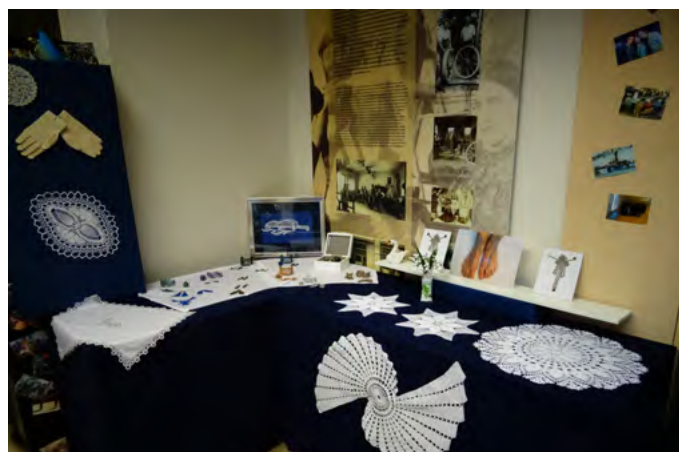
POSAVJE

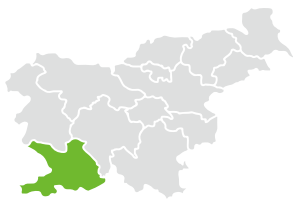
Oktobrska razstava Zank, DU Brežice

Članice DU Brežice, združene v skupino navdušenk za ročna dela pletenja, vezanja in klekljanja, so tudi letos razstavile svoje izdelke javnosti v prostorih Fakultete za turizem v Brežicah. Skupino že dolga leta vodi Vera Boh. Pridne roke izdelujejo čudovite izdelke, ki so jih obiskovalci **lahko občudovali na tridnevni razstavi**.

V dvorani fakultete se je že ob otvoritvi trlo obiskovalcev, ki v računalniški dobi znajo ceniti trud, ustvarjalnost, znanje in spretnost, posebej pa še ljubezen do tkanja zank in druženja ob rokodelskih spretnostih. Na otvoritvi razstave so obiskovalci uživali v kulturnem programu v izvedbi Pevskega zbora (kvarteta) UP, Društva upokojencev Dobova - Kapele, recitacijah treh učencev brežiške osnovne šole: Eve, Ajde in Lili in harmonikarja na »frajtonarici«, Sandija. Vodja Kulturno umetniške skupine Jagodni izbor DU Brežice, Ivana Vatovec, je premierno recitala svojo pesem, ki jo je posvetila članicam delavnice ročnih del Zanke. Na razstavi so se predstavili s svojimi rokodelskimi izdelki še učenci krožka ročnih del OŠ Brežice, kjer pod vodstvom članic delavnice ročnih del Zanke, Marije Vogrinc, Rezike Ferenčak, Zdenke Pinterič in Marjete Lesar, plete devet učencev različnih starosti. Od tretjega do šestega razreda. Pohvalno je, da se stare spretnosti, znanja in ljubezen do takšnega ustvarjanja prenašajo na mlado generacijo. Vsekakor smo dolžni besedo zahvale vsem vestnim ustvarjalkam ročnih del, ki so pripravile čudovit prikaz njihove dejavnosti širši brežiški javnosti.

Besedilo in foto, Saša Pohar





JUŽNA PRIMORSKA

Dan starejših v Avditoriju

DU Piran je v sodelovanju z Občino Piran sredi oktobra v portoroškem Avditoriju obeležilo jubilejno, deseto medgeneracijsko kulturno-zabavno prireditev Dan starejših občanov. Na prireditve so bili povabljeni cicibani iz vrtcev, osnovnošolci, učenci glasbenih šol, plesnih in akrobatskih skupin, pevci in pevke in humoristi. Prireditve je bila organizirana ob mesecu oktobru, mesecu starejših in v počastitev praznika Občine Piran z namenom polepšati starejšim en dan s kulturo, zabavo in druženjem.

Na prireditvi je nastopilo 100 otrok in mladih ter 40 pevcev in pevk. Skozi glasbo, ples, akrobacije in petje so nastopajoči razveselili in zabavali blizu štiristo obiskovalcev Avditorija Portorož, med katerimi so bili tudi predsedniki društev DU Izola, DU Piran, OZZB za vrednote NOB, predstavniki RK, patronažne službe ZD Piran, svetniki in svetnice Občine Piran, predstavniki šol in vrtcev, kulturnih društev in drugi gostje. Za govorniškimi odrom sta prisotne nagovorila predsednik DU Piran, Zdravko Taškar, in podžupan Občine Piran, Karlo Radovac, ki je v nagovoru prenesel pozdrave župana in jim čestital za njihovo uspešno delo. Predsednik Taškar je prisotne seznanil, da je dan, ko se je odvijala prireditev tudi mednarodni dan boja proti revščini, in, da je v naši državi vse preveč upokojujencev in starejših, ki živijo pod pragom revščine. Poudaril je še, da se društvo financira z lastnimi sredstvi, da ima lastne prostore, organizira številna srečanja, predavanja, humanitarne akcije in aktivnosti na katerih se družijo, potujejo in spoznavajo kulturno dediščino doma in v tujini. Krstni nastop je imel zbor društva DU Piran prav na tokratni prireditvi in požel ogromen aplavz za nastop in spodbudo za nadaljnje delovanje. Za deset let dela pri organizaciji prireditve sta predsednik in namestnica predsednika Danica Vuk podelila priznanja Nives Vogrič, Vojki Levac, Stanki Količ in Aljoši Pucerju. Na koncu bogatega kulturnega programa se je predsednica komisije za socialna vprašanja Nives Vogrič vsem nastopajočim, povabljenim gostom, obiskovalcem in predsedniku DU ter članom in članicam DU zahvalila in jih povabila na druženje v avlo Avditorija.

DU Piran se zahvaljuje: Otrokom vrtca Mornarček Piran, Otroškemu in mladinskemu pevskemu zbor OŠ Lucija, Folklorni skupini »Šaltin« Sv. Peter, Glasbeni šoli Koper, po-



Otroški nastopi dokazujejo medgeneracijsko povezanost juniorjev in seniorjev

družnica Izola, plesalkam in akrobatkam Športnega kluba Flip Piran, Plesni skupini Metulj, Twirlingu in mažoretneemu klubu Lucija, Ženskemu pevskemu zboru Rože Portorož, DI Piran, humoristu Matjažu, pevcem klape San Lorenzo in pevskemu zboru DU Piran.

Donatorjem: Občini Piran, Avditoriju Portorož, Agrariji Koper-PE Lucija, Street Touru, Gostilni Mediteran Lucija, Hartisu Lucija, Restavraciji Oštarija Portorož, Gostišču Pirat Piran, Mlinotestu Mlinček Lucija, Cvetličarni »Nataša« Lucija z aranžerko odra, ter vsem upokojujencem in upokojujencem, občanom in občankam, staršem in drugim obiskovalcem, ki so v tako velikem številu napolnili Avditorij.

Besedilo in foto, Zdravko Taškar

Srečanje notranjskih prostovoljk

Prostovoljke notranjske regije, ki delujemo v programu Starejši za boljšo kakovost življenja doma, se vsako leto srečamo na skupnem kosilu. Srečanje ima delovni program, saj pregledamo delo minulega leta, poleg tega pa poklepeta o naših izkušnjah in se poveseimo ob kulturnem programu.



Prostovoljke na letošnjem srečanju

Letos smo srečanje pripravile prostovoljke iz Pivke. Prvega oktobra smo gostile kolegice iz društev Rakek, Cerknica, Loška dolina, Bloška planota, Logatec in Dragomer – Log. Po poročilih o preteklih aktivnostih je sledil družabni del. S petjem so ga popestrile pevke vokalne skupine Rožmarinke, nastopile so še recitatorke iz Dragomerja in Pivke, ter plesalke plesne skupine Frajle iz društva Rakek. Po dobrem kosilu smo se polne novega zagona razšle z obljubo, da se bomo naslednje leto pri našem delu še bolj potrudile. Zato vabimo vse, ki jih prostovoljstvo zanima, da se nam pridružijo.

Nevenka Šelj, foto Jožica Knafelc

Izlet v neznano

DU Piran vsako leto organizira izlet v neznano. Ko se člani prijavljajo na izlet, ne vedo kam bodo potovali. Kljub temu se na taka potepanja prijavlja veliko članov. Letos jih je kar 95 z dvema avtobusoma odpotovalo v neznano. Šele na avtobusih so bili seznanjeni, kam jih bo vodila pot.

Brez postanka na Lomu ne gre in nato smo nadaljevali pot proti Zasavju. Po prihodu v Trbovlje so nas pričakali člani turističnega društva in razigrani jamski škrat **Perkmandeljč**. To je jamski škrat, ki je zabaval in nagajal knapom. Pogoščeni smo bili z dobrim slanim pecivom. Po zabavnem programu polnim smeha smo si ogledali muzej in stanovanjsko naselje rudarjev. Po ogledu Trbovelj smo se odpravili še do steklarne v Hrastniku. Tu smo si ogledali proizvodnjo stekla, dobili kozarec s posvetilom, odšli v



Spominska fotografija v steklarni Hrastnik

njihovo prodajalno in kupili steklarske izdelke. Vožnja iz Hrastnika nas je vodila mimo znamenitega 360 metrskega dimnika in zaprtega objekta. V Zagorju smo šli mimo parka in si ogledali doprnski kip v spomin predsedniku Republike, dr. Janezu Drnovšku. Po napornem dnevu je sledilo kosilo v gostišču Pri Vidrgarju. Poslovlili smo se od prijaznih vodičev in predsednice turističnega društva in jim v zahvalo poklonili skromno darilo z istrskimi dobrotami. S seboj smo imeli tudi harmonikarja Edija, zato nam je čas še hitreje minil ob glasbi in prijetni družbi. Hvala organizatorjem izleta in vsem upokojencem za enkratno druženje.

Besedilo in foto, Zdravko Taškar



hartovi dvorani Cankarjevega doma na državni reviji upokojenskih pevskih zborov. S številnimi zahtevnimi nastopi, pa tudi z nastopi bolj lahkotne narave, so se predstavile v skoraj vseh krajih domače občine in po Sloveniji. Ponosno so pele tudi v tujini: v Makedoniji, Bosni, Avstriji, Italiji, Srbiji, Belgiji, na Hrvaškem, Madžarskem in na Češkem. Zveza kulturnih društev Ajdovščina je Ženskemu pevskemu zboru Večernica ob kulturnem prazniku 8. februarja 2019 podelila priznanje za ohranjanje slovenske ljudske in umetne pesmi ter za sooblikovanje kulturnega življenja v lokalni skupnosti na Vipavskem in v Sloveniji. (Iz zbornika, ki je izšel ob petindvajsetletnici pevskega zboru Večernica). Na koncertu so pevke ubrano zapele slovensko in rusko narodno pesem. Zelo občuteno so iz njihovih grl zvenele Pesem hebrejskih sužnjev iz opere Aida, Mihelčičeva Na tujih tleh in Broomova Kaj je ljubezen. Z vedrino in ponosom so zapele Offenbachovo Barcarolo, Kosijevo Slovenka sem in Vipavska – besedilo domačina Filipa Terčelja v Klančičevi priredbi. Zapele so še Gregorčičevo V mraku, ki jo je uglasbil zborovodja Miran Rustja. Uglasbil je tudi pesem Slovenija moja dežela, ki jo je napisala gospa Vanda Žvanut, pesnica in članica zbora vse od prvega dne. Slavnostni dogodek so z baletom popestrile učenke Glasbene šole Nova Gorica v sodelovanju z ajdovskim društvom Primabalerina Maja Sever Semenjuk. Pod vodstvom Sergeja Semenjuka in Svetlane Petrovič so Gulila Babbucci, Kaja Vodič in Teja Sever odplesale valček. Nastopile so tudi plesalke na drogu iz Pole dance Iris Batista, Marjeta in Maruška Gorup. Za glasbo sta poskrbeli flavtistka Lucija Stopar, pianistka Mateja Jelaska Čefarin in kitarist Val Vidmar. Koncert ob petindvajsetletnici je spretno zasnoval in režiral igravec Narodnega gledališča Nova Gorica Radoš Bolčina. Pri povezovanju ga je profesionalno dopolnjevala Nataša Bolčina Žgavec. Oba Gorjana sta z verzi hudomušno in sproščeno povezovala petje, ples in glasbo. Nastopajočim sta čestitala predstavnika zborov Primorje in Strmica Rožna dolina ter predstavniki Zveze kulturnih organizacij Ajdovščina, Društva upokojencev Ajdovščina in Društva gospodinj in dramska skupina Planina. Poslušalci smo jim z glasnim aplavzom zaželeli še mnogo uspešnih nastopov. Prijeten večer smo zaključili s sproščenim druženjem v avli naše Dvorane prve slovenske vlade.

Alenka N. Bizjak, foto Bogdan Krapež



SEVERNA PRIMORSKA

Koncert ŽPZ Večernica

Dvorano prve slovenske vlade v Ajdovščini so 19. oktobra do zadnjega kotička zapolnili ljubitelji zborovskega petja. Ženski pevski zbor Večernica je ob petindvajsetletnici delovanja pripravil koncert. To je bilo sklepno dejanje celoletnega truda pevk in pevovodje, pa tudi upravnega odbora in drugih članov Društva upokojencev Ajdovščina.

Septembra 1994 se je devet pevk zbralo in pod vodstvom gospoda Stanka Benka so prvič nastopile decembra tega leta v starem Hotelu Planika. Iz vaje v vajo so se zboru pridruževale nove pevke. Kmalu je vodstvo zbora sprejela gospa Klara Štrancar in ga uspešno ter požrtvovalno vodila več kot triindvajset let. Skrbno je urejala kroniko delovanja zbora in foto-arhiv. Pevke so nastopale za Društvo upokojencev Ajdovščina in sodelovale tudi z Društvom invalidov Ajdovščina in Vipava. Udeleževale so se vsakoletne državne revije pevskih zborov po različnih krajih Slovenije: Primorska poje, Naši zbori pojo, Pod modrim nebom, na Taboru slovenskih pevskih zborov v Šentvidu pri Stični in ne reviji ženskih pevskih zborov v Slovenskih Konjicah. Obiskovale so domove starejših, prepevale na otvoritvah, razstavah, predstavitev, recitalih, pogrebih, na lokalnih prireditvah Društva upokojencev in invalidov, pa tudi na pokrajinskem oziroma državnem nivoju društva upokojencev. Leta 2006 je vodenje zbora sprejel gospod Miran Rustja in takrat je v zboru zavel nov veter – uvajal je tehnične, dihalne in vokalne vaje in zastavil nov program. Vse to so pevke z veseljem sprejele in napredek so opazili vsi, ki so petje spremljali od začetka. Oktobra 2007 in septembra 2011 so Večernice pele v Lin-

Rokodelska razstava DU Kanal

V gostišču Križnič je ob Dnevu starejših DU Kanal pripravilo razstavo ročnih del. Na razstavi poleg članov društva vsako leto sodelujejo s svojimi izdelki tudi učenci Osnovne šole Kanal ter malčki iz vrtca. Letos je na ogled postavilo sike svojih članov še DU Deskle. Razstava je že tradicionalna in nam na ogled ponuja stvaritve, ki so jih med letom ustvarile pridne in marljive roke naših članov.



Pri Križničevih bodo morali razmisliti o prizidku

Predstavili so tudi knjigo **Markiči in Markčarji** avtorice Helene Vuk – Gaččeve iz Markičev, ki se je udeležila otvoritve razstave in povedala par ganljivih besed o svojem življenju. Letos se je razstave udeležil tudi Branko Suhadolnik, predsednik komisije za tehnično kulturo pri ZDUS. V svojem nagovoru je poudaril pomen in ponovno ožvljanje rokodelstva v Sloveniji s ciljem ohranjanja kulturne in fotografske dediščine in zajeziti poplavo cenenih izdelkov iz vzhoda. **»Pomembno je ohranjati znanje, ki smo ga prejeli od prednikov, učiteljev, vzgojiteljev in predvsem to znanje prenašati naprej prihodnjim generacijam. Take razstave je potrebno pripravljati zato, da izdelke predstavimo širši javnosti, zato bi bilo smiselno razmisliti o postavitvi stalne razstave, kjer bi bili izdelki na ogled več časa,«** je dejal Suhadolnik. Rokodelce DU Kanal sam že dolgo spremlja, saj je društvo zelo dejavno, o čemer pričajo tudi prejete nagrade in priznanja našim članicam. Lahko bi celo govorili o samooskrbi, saj članice klekljarske sekcije med letom izdelajo predmete, ki jih društvo podari zaslužnim posameznikom in jubilentom ob zaključku leta. Da je razstava odmevna in prepoznavna, sta nam dokazala tudi **Milan in Pavla Pintar**, ki sta se na razstavo pripeljala iz Žirovnice, obisk pa izkoristila tudi za ogled Kanala. Posebej jima je bilo všeč sodelovanje mladih in starejših, zlasti učiteljev in vzgojiteljev. Med izdelki pa je potrebno izpostaviti, da se poleg standardnih tehnik pletenja in kvačkanja prepletajo nove in stare tehnike. Kulturni program so pripravili učenci Osnovne šole Kanal in učenci harmonikarske šole Hram.

Besedilo in foto, Marija Marinič



Medgeneracijsko so se zabavali na odru in v prepolni dvorani Kulturnega doma v organizaciji ŠPZDU Velenje

Univerzi za tretje življenjsko obdobje, in pripravili so prireditev z naslovom Šaleški dnevi medgeneracijskega sožitja.

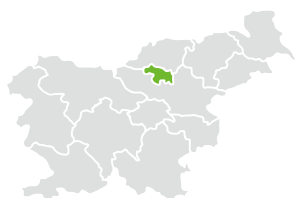
29. oktobra so vse sodelujoče in druge upokojence ter občane povabili na zaključno prireditev v dom kulture v Velenju. V programu druženja in prebranih poročil o prvih šaleških Dnevih medgeneracijskega sožitja je sodelovalo osem skupin, ki se jim je pridružila tudi mladina ter ljubiteljska voditelja - humorista, ki sta do solz nasmejala polno dvorano navzočih. Zbrane so pozdravili in nagovorili; podžupanja MO Velenje **Darinka Mravljak**, podpredsednica ZDUS **Vera Pečnik** ter predstavnik organizatorja ŠPZDU Velenje, **Franc Vedenik**. Vsi so strnili oceno tega imenitnega in razgibanega delovnega srečanja in zaželeli uspešno sodelovanje med starejšimi občani, občinskimi ekipami, strokovnimi sodelavci ter še vedno zelo živahno in aktivno populacijo v društva upokojencev vključenih članic in članov tudi v prihodnje. Vedenik je ocenil njihove napore in rezultate kot zelo koristne in uspešne, podpredsednica ZDUS Vera Pečnik pa je dejala, »da se izjemno delo in uspešnost te pokrajinske zgodbe pozna že dolgo in sega preko meja Šaleške doline.« Podžupanja Mravljakova pa je zagotovila, da bodo taka plemenita druženja seniorjev podpirali tudi na Mestni občini še naprej, saj je medgeneracijsko sodelovanje izjemno koristno in plemenito druženje. Vsem, ki so sodelovali pri pripravi tega druženja, se je ob zaključku redakcije zahvalil še predsednik Vedenik s pismom, ki ga je zaključil z besedami: **»Po moji oceni je prireditev odlično uspela. Zasluga gre članom UO ŠPZDU, predsednikom in športnim referentom DU ter organizacijskemu odboru. Posebej se zahvaljujem tudi vsem trem županom, ki so podprli prireditev. Zahvalil bi se rad tudi vsem nastopajočim, vsem rokodelcem in sodelujočim na okrogli mizi. Za sodelovanje se moram zahvaliti tudi osebju ZD Velenje, vodstvu Univerze za tretje življenjsko obdobje Velenje, medijskim hišam Naš čas d.o.o., VTV studio in našemu tiskovnemu predstavniku g. Miklavcu za odlično medijsko predstavitev prireditve. Skratka, hvala vsem, ki ste pomagali pri izvedbi prireditve!«**

Besedilo in foto, Jože Miklavc

Okrogla miza o demenci

Ob DMS v Velenju tudi izrazito strokovne pobude in aktivnosti

V sejni sobi Zdravstvenega doma Velenje je v petek, 29. oktobra, potekala okrogla miza o težavah pacientov in družinskega okolja o bolezni sodobnega časa, demenci. Tematiko so pomagali predelati domala vsi predstavniki



ŠALEŠKA

1. dnevi Medgeneracijskega sožitja v Šaleški dolini

Vodstvo Šaleške pokrajinske zveze Velenje (ŠPZDU Velenje) je sklenilo, da organizira pokrajinski »festival« po vzoru letošnjih DMS, ki so bili maja v Ljubljani na GR. Začeli so z aktivnostmi in organizacijsko povezali tamkajšnja društva v tem predzimskem obdobju in v program vključili številne posameznike in kulturno - glasbene skupine. Kot to znajo in zmorejo le v dolini knapov, se je zbrala vrsta upokojenih delavcev paradnih tovarn, prosvetnih delavcev, tudi tistih v



Cvetka Vrabič in Franc Vedenik sta v imenu ŠPZDU vodila okroglo mizo o problematiki demence med starostniki

strokovnih in socialnih institucij, ki se spopadajo s preventivo in lajšanjem posledic, ki jih utrpijo pacienti, pretežno starejša generacija ter njihove družine in socialno okolje.

V okviru prvih **dnevov medgeneracijskega sožitja** (DMS) na ravni Šaleške pokrajinske zveze DU Velenje je na pobudo in v soorganizaciji različnih institucij dogodek organizacijsko izpeljala **Cvetka Vrabič**, predsednica DU državnih in občinskih organov (DOO) Velenje. V sejni dvorani Zdravstvenega centra Velenje, ki je bil aktivno vključen v izobraževalno in informativno srečanje z delovnim naslovom »Dober dan, gospa Demenca«, so sodelovale domala vse službe s področja strokovno-socialnih služb ter dveh domov starejših iz šaleške doline ter predstavniki ŠPZDU Velenje. Ob pričetku je o pomenu in ciljih izobraževalnega srečanja spregovoril predsednik ŠPZDU Velenje, **Franc Vedenik**, ki je poudaril, da bi tej problematiki nujno morali posvečati več pozornosti na različnih ravneh že v aktivni dobi, še posebej v sodelovanju z institucijami, ki lahko pomagajo lajšati vzroke in posledice te, neizogibne sodobne more v naših družinah in družbi. Izrazil je priznanje pobudnici Vrabičevi ter sodelujočim na okrogli mizi ter dejal, da je cilj povezave med generacijami skrb za zdravje in sobivanje ter pomoč prostovoljcev in stroke že v času, ko se na razmah in posledice te socialne bolezni, ki prizadene tako paciente kot ožji in morda tudi širši krog družine, še da kakorkoli vplivati. ŠPZDU Velenje na ta način prispeva kolikor pač more, pričakuje pa se izdatna pomoč lokalnega okolja, občin ter zdravstvenih in socialnih služb ter vseh institucij za starejše. Nikakor ne brezbriznosti politike, ki kroji globalno ukrepanje in usmerja proračunska sredstva v okviru zdravstva in sociale na področje, ki ga vsaj delno že obvladujejo posamezne ustanove in službe, ki pomagajo premagovati zdaj že dobro prepoznavne znake in posledice te bolezni modernega časa. Svoje izkušnje in zdravstvena dognanja so izpostavile psihologinja **Karmen Toplak** (o vrstah in diagnozah za demenco), klinična psihologinja Danica Veternik Dražnik (o komunikacijah, pristopu k zdravljenju, sprejemu v institucije), obe iz ZD Velenje, **Ada Sevčnikar** in **Melita Fijavž** iz Centra za socialno delo SŠ enote Velenje (o skrbništvu in pomoči na domu), **Albina Šučurović** vodja Patronažne službe Velenje o dejavnosti in praksah te službe. Izkušnje pa so delile še direktorica Centra starejših Zimzelen Topolšica, **Andreja Štefan Bukovič**, vodja TIM-ov v Domu za varstvo odraslih, **Sabina Verdev**, ter vodja skupine

za samopomoč za dementne osebe "Čebelice", **Jelka Fužir**, ter nekateri drugi, ki že imajo izkušnje z dementnimi osebami. V imenu društev upokojencev je svoje izkušnje o prostovoljski pomoči delila prav Fužirjeva. Da je organizirana dejavnost povezanih 10 društev upokojencev v Šaleški dolini s strokovnimi institucijami še kako pomembna in uspešna, pa je bilo videti na številnih drugih dogodkih v okviru DMS, o katerih bomo poročali v naslednjih dveh izdajah naše revije.

Besedilo in foto, Jože Miklavc



ZASAVSKA

Druženje ob skodelici čaja

Udeleženci programa Starejši za starejše DU Hrastnik smo pričeli z mesečnimi »tematsko obarvanimi urami«, s katerimi bomo popestrili naša četrtkova srečanja. Ker so pred nami hladnejši in vetrovni meseci smo se odločili, da ob skodelici toplega domačega čaja prisluhnemo nasvetom za utrjevanje zdravja in dobrega počutja.



V ta namen smo v goste povabili predsednico Društva za zdravilne rastline Zasavja, Cvetko Drnovšek. Prvi del našega druženja smo namenili družabnim igram, klepetu in spoznavanju nove miselne igre v obliki kviza, ki nam bo še kravžljal možganske celice. Komaj čakamo! Kar dosti zabave in smeha je povezano z našo novo igro, Človek ne jezi se, ki je ogromna in nas zaradi svoje velikosti bega in spelje v smešne situacije in nerodnosti. Uspešno rešujemo tudi uganke in zanke, s katerimi zapiramo vrata demenci in se umirjamo z dihalnimi vajami. Drugi del druženja pa je bil namenjen čaju in viru znanja naše gostje, gospo Cvetke. Poučila nas je, za kaj so dobre posamezne ročce in začimbe; žajbelj, kapucinka, lovor, oljka, plavica, klinčki, cimet, ingver in še kaj. Izvedeli smo veliko novega in nekaj že pozabljenega o tem, kako čistiti in crkljati telo in dušo, da bomo vitalni in bolj zdravi zakorakali v zimski čas. S prijetnim okusom po zdravilnih rožcah in vonjem začimb smo zaključili še eno četrtkovo druženje. Lepo nam je, in če se nam pridružite, bo tudi vam.

Besedilo in foto, Jerica Laznik



ZA VARNO BIVANJE NA DOMU

S storitvijo **E-oskrba** varno in samostojno bivate v svojem domu, svojci pa vam lahko z opremo, ki je enostavna za uporabo, stojijo ob strani in vam nemudoma priskočijo na pomoč, ko je potrebno. Osnovni in Premium paket vključujeta **najem in montažo opreme, asistenčne storitve 24 ur na dan** ter uporabno **mobilno aplikacijo za spremljanje alarmov**. Možne so tudi dodatne prilagoditve.

V okviru projekta »Varni in povezani na domu« **Telekom Slovenije** sofinancira vzpostavitev in delovanje **E-oskrbe**. V projekt pa so se vključile tudi **nekateri občine, ki subvencionirajo storitev E-oskrba**.

Za več informacij obiščite **www.telekom.si/e-oskrba**, najbližji **Telekomov center**, ali pokličite **080 8000**.

TelekomSlovenije



Zakoni narave in starostna invalidnost (2. del)

Kadrovska podhranjenost področja o katerem razmišljam, zavira harmonizacijo in plemenitenje uporabnih vsebin v izvajalskih okoljih kakor tudi pri koristnikih. Harmonični skupek lastnega, pogojno rečeno aktivnega življenja in posameznih sistemskih vsebin ter področnih strokovnih uporabnih tem, pa mora celostno udeležati kakovostno podobo življenja vseh starejših prebivalcev Slovenije.

Programska ponudba posameznih aktivnosti duhovnih in telesnih vsebin pa s predhodnimi strokovnimi uravnavanji umeščajo posameznike v koristniška programska okolja. Za potrebe temeljne osebne gibalne kulture starejših pa naj bi se sistemsko spremljevalna okolja različnih strok, od medicine do kineziologije, umeščala v celostno procesno okolje in plemenitila izvajalske vsebine z dodanimi vrednostmi tudi z razvojem in raziskavami v okoljih posameznih strok. Ker pa se v domeni **13. kongresa športa za vse** obravnavajo teme, ki celostno invalidno populacijo interesno prepoznajo v vsebinskem področju »telesna kultura invalidne populacije,« je smotrno in strateško smiselno, da se starostna invalidnost z ustreznimi programi temeljne gibalne kulture (rekreacije,



Pri tem mislim na strategijo **Dolgožive družbe, Zakona o trajnostni oskrbi in Sistemsko gibalni zdravstveni preventivi**. Pozitivna sistemska izjema pa je, da Nacionalni program športa v Republiki Sloveniji 2014–2023 dodeljuje pravico

interesih: **DELNO GIBALNO OMEJENI, GIBALNO SAMOSTOJNI, GIBALNO DEJAVNI, ŠPORTNI REKREATIVCI IN ŠPORTNIKI VETERANI**. Tem ciljnim skupinam pa je potrebno za svežino duha in telesa dodati ustrezne informacije, strokoven in vsebinski diagnostični pristop, motivacijsko osebno energijo za sodelovanje in možnosti obravnav ter vključevanja v različne oblike vadb. Sistemsko preventivno pa sledimo trendom in spremembam psihofizičnih stanj obravnavanih starejših oseb z ustreznimi dopolnitvami programskih vsebin. Zdravstveni domovi naj bi sistemsko krepili partnerstva s kineziologi za ciljno skupino starejših. Osebni zdravniki pa naj bi ob cikličnih preventivnih pregledih starejših tudi diagnosticirali temeljno psihofizično stanje in ustrezno preventivno svetovali in usmerjali starejše v ustrezna vsebinsko raznolika vadbeno okolja. Športna društva naj bi tudi programsko in strokovno obvladovala potrebe organizirane vadbe z ustreznimi zahtevami posameznih ciljnih skupin, 600 000 upokojencev. Partnerstvo med kineziologi in zdravniki, ali pa med strokovnjaki s področja športa in medicine, pa naj se kakovostno, na podlagi programskih vsebin, artikulira na terenu med vadbenimi procesi.

Janez Matoh

Pozitivna sistemska izjema pa je, da Nacionalni program športa v Republiki Sloveniji 2014–2023 dodeljuje pravico bonusa 60 ur letno, namenjenih za organizirano vadbo starejših 65+ (plačan vaditelj in vadbeni prostor). Realizacija tega pa je trenutno še preskromna. Tudi 10. kongres športa za vse je imel za osrednjo temo Rekreacija in šport starejših, vendar pa prave sinergije med Društvi upokojencev in Športnimi društvi še vedno ni moč zaznati v zadovoljivi meri.

športne rekreacije in športa) neposredno udejanja in tudi ustrezno blaži ter zmanjšuje specifične spremljevalne značilnosti staranja. Pričujoči vsebinski slogan, ki ga je uravnaval že sam zakon narave, **Gibanje je življenje in življenje je tudi staranje**, nas kot družbo zavezuje, da celostno, tudi gerontološko, utemeljeno sledimo globalnemu cilju dolgotrajne samostojne starosti. Sistemska nacionalna in lokalna okolja prešibko in nedorečeno sledijo strukturnim vsebinam z neposredno vključenimi elementi telesne kulture starejših.

bonusa 60 ur letno, namenjenih za organizirano vadbo starejših 65+ (plačan vaditelj in vadbeni prostor). Realizacija tega pa je trenutno še preskromna. Tudi **10. kongres športa za vse** je imel za osrednjo temo **Rekreacija in šport** starejših, vendar pa prave sinergije med Društvi upokojencev in Športnimi društvi še vedno ni moč zaznati v zadovoljivi meri. V krovni organizaciji slovenskih upokojencev smo tudi grobo načelno strukturirali ciljno populacijo starejših po osebnih fizičnih in tudi posredno psihičnih zmožnostih ter

Dopisna strelska liga

Začela se je že 43. dopisna strelska liga in 31. invalidska liga, ki jo organizira in vodi Postojnsko športno društvo Epic, ki bo prihodno leto slavilo 20 letnico. V dopisni strelski ligi z zračnim orožjem (puško in pištolo) nastopa okoli 150 slovenskih strelcev vseh kategorij iz 25 društev.

Največ strelcev je iz Škofje Loke, ki so tudi večkratni zmagovalci, sledijo Trebnje in Jesenice. Od sedmih strelskih regij je največ prijavljenih iz Primorsko notranjske regije. Zanimivo je, da ni niti ene prijave iz Postojne. Ne od Strelskega društva pa tudi ne s strani DU Postojna. Prehodni pokal, ki ga vsako leto daruje Urban iz Postojne branijo Idričani, vendar so se letos bolj slabo odzvali. Največ strelcev je prijavljenih z zračno serijsko puško in to med veterani in veterankami, ki nastopajo v štirih kategorijah. Med najbolj znanimi in večkrat nastopajočimi je tudi paraolimpijska prvakinja Veselka Pevec, pa Vesna Mele, ki nastopa tako s puško kot pištolo, Daniela Budin, ki nastopa 4 krat, Franci Cugelj, Janko

Demšar, Pavle Jezeršek, Boško Doneski, Olga Knez, Vlado Kržišnik, Tone Mohorko, Franci Bizjak, Marko Škerl in mnogi drugi. Posebnost dopisne lige, ki jo Postojnčani izvajajo že 42 let, je v tem, da šest kol ekipe in posamezniki nastopajo doma, zadetke pa pošiljajo v Postojno, nakar se deset najboljših ekip in posameznikov uvrsti v finale,

ki je predvideno na Ljubljanskem centralnem strelišču 11. aprila 2020. Ligo vodi tričlanski odbor, predseduje mu Edvard Progar, njegov namestnik pa je Henrik Valentinčič iz Deskl. Najboljši strelci v finalu bodo prejeli pokale in kolajne, nagrade pa prvi štirje.

ŠD Epic



Športne novice iz notranjske

Zmaga Jakopiča na DP posameznikov. Zmaga Milavca, v drugem krogu 17. upokojenskega tarok turnirja, Ptujčani pa so izpeljali enajsti krog DP za posameznike v taroku, ki se ga je udeležilo 120 igralcev. Z zmago se je okitil Miran Jakopič iz Pirana.

Jakopič je edini, ki je zmagal v vseh petih krogih in zbral 15 točk. Drugi je bil večkratni državni prvak Bojan Makovec iz Kranja, tretji pa še en Primorec, Loris Šukljan iz Pirana. Sledijo Branko Šijanec iz TMB, Primorec Franci Godrnjavec, šesto mesto

pa je pripadlo Milošu Bastašiču. Med devetimi igralkami je bila Bojana Jerič iz TSK dvajseta. Med 240 igralci, ki nastopajo na DP, še naprej vodi Jakopič, drugi je Mirko Toplak iz Mel, sledi Fikret Lakič EMO itn. Od treh igralcev Epica iz Postojne Semenič zaseda 63. mesto.

Milavec prvi v Postojni!

Tarok sekcija pri DU Postojna je izpeljala drugi krog 17. tradicionalnega upokojenskega turnirja, na katerem so že bili zmagovalci: pet jih je osvojil Progar, tri

Bergoč, dvakrat pa Fiegl, Pelan in Tiselj, po eno zmago pa sta osvojila Markič in Stegel. Nastopilo je 14 igralcev, zmago pa je slavil v 2. krogu Slavko Milavec, v prvem Grmek, ki je tako kot Tiselj zbral 6 točk. Sledila sta Edo Godnič in Darij Bergoč. Po 2. krogu vodi Marjan Tiselj pred Milavcem, sledita pa mu Jožica Može in Milan Grmek.

E.P. ŠD Epic

17. upokojenski tarok turnir

ŠD Epic iz Postojne je prejšnji teden izpeljalo 3. kolo tarok turnirja za upokojence, na katerem je zmago slavila Možetova!

Spomnimo, da gre za tradicionalni upokojenski turnir v tej priljubljeni družabni igri s kartami in na katerem je do zdaj že petkrat zmagal Edvard Progar, po trikrat Dario Bergoč, po dvakrat pa Pelan, Fiegl in Tiselj, po enkrat pa Markič in Stegel. Tokrat je nastopilo dvanajst igralk in igralcev, zmage pa se je veselila Jožica Može pred Dušanom Lekšanom in Albinom Stegeljem, ki je bil do tega kola v vodstvu, zdaj pa mu je primat prevzela Možetova pred Tisljem in Milavcem.

ŠD Epic



Tarokisti Postojne

Magični lik 1 (vodoravno in navpično)

1. Najdaljši živec, 2. Škrbast človek, 3. Sultanov razglas, 4. Gamal... Naser, 5. Reka v Nemčiji

1	2	3	4	5
2				
3				
4				
5				

Magični lik 2

1. Vez, 2. Majhen prt, 3. trava druge košnje, 4. Tuje moško ime, 5. Mesto v Jordaniji

1	2	3	4	5
2				
3				
4				
5				

Rešitev iz prejšnje številke:

1. lik vodoravno in navpično:

1. Prvak, 2. Roata, 3. Vazal, 4. Atari, 5. Kalij

2. lik vodoravno in navpično:

1. Prema, 2. Risan, 3. Eseri, 4. Maron, 5. Anina

POMEMBNI DNEVI V DECEMBRU 2019

1. december – Svetovni dan boja proti AIDS-u

Svetovna zdravstvena organizacija je leta 1988 razglasila 1. december za svetovni dan boja proti AIDS-u. Danes je na svetu že več kot 70 milijonov ljudi okuženih z virusom HIV, zato se s svetovnim dnevom boja proti AIDS-u želi opomniti na nevarnost, ki jo AIDS predstavlja za človeštvo in na hitrost s katero se širi še posebej v revnih državah..

3. december – Mednarodni dan invalidov

Leta 1982 je Generalna skupščina 3. december razglasila za mednarodni dan invalidov. Generalna skupščina s tem dnevom poziva vse države članice, naj si prizadevajo za čim boljši položaj invalidov v znotraj svojih meja in za njihovo učinkovito integracijo v družbo.

5. december – Mednarodni dan prostovoljstva za ekonomski in socialni razvoj

Leta 1985 je Generalna skupščina razglasila 5. december za mednarodni dan prostovoljstva za ekonomski in socialni razvoj. Skupščina države članice poziva, naj znotraj svojih meja povečajo zavedanje o pomembni vlogi prostovoljstva za družbo in spodbudijo čim več ljudi k udeleževanju v prostovoljskih dejavnostih doma ter v tujini.

10. december – Svetovni dan človekovih pravic

Generalna skupščina je leta 1950 pozvala vse države in zainteresirane mednarodne organizacije, da 10. december praznujejo kot dan človekovih pravic. Na ta dan je leta 1948 Generalna skupščina sprejela Splošno deklaracijo človekovih pravic.

18. december – Svetovni dan migrantov

Na priporočilo ekonomskega in socialnega sveta je Generalna skupščina 18. december razglasila za svetovni dan migrantov. Tega dne leta 1990 so sprejeli mednarodno konvencijo o migrantih. Skupščina je izpostavila potrebo po nadaljnjem razvijanju spoštovanja pravic in svoboščin vseh migrantov. V povprečju je vsaka 35. oseba migrant; to pomeni, da dela in živi v državi, ki ni njegova lastna. Vsaka država ima med svojim prebivalstvom migrante.

20. december – Svetovni dan človeške solidarnosti

22. decembra je v povezavi s spoštovanjem desetletja za izkorenjenje revščine (1995–2005) Generalna skupščina 20. december razglasila za svetovni dan človeške solidarnosti. Ob tem dejanju je poudarila, da je Milenijska deklaracija definirala solidarnost kot temeljno in univerzalno vrednoto, ki bi morala vladati v medčloveških odnosih v 21. stoletju.

Grelnik za noge Beurer FW 20
3 temperature nastavitve,
pralni zaščitni vložek,
100 W moč gretja,
tudi za večja stopala.

Redna cena 47 €
30 % popust
praznična cena 32,90 €

beurer
health and well-being



Tehtnica Beurer GS 215 Boats in Relax
Stekleni osebni tehtnici vrhunskega oblikovanja.
Digitalni prikaz vrednosti ob merjenju teže. Do 180 kg.

Redna cena 30 €, **35 % popust, praznična cena 19,50 €**

Super ideje za **novoletna darila 2020!**

P **O** **P** **U** **S** **T** **I** %

fashy



Grelna blazina Medo Fashy
23 x 23 cm, polnjena
s semeni, je oblečena
v mehko in koži prijazno
snemljivo prevleko
z motivom medvedka.

Redna cena 7,42 €
25 % popust
praznična cena 5,57 €



Infrardeči masažni aparat Beurer MG 21

Nežna in sproščujoča vibracijska masaža.
3 zamenljivi masažni nastavki. Infrardeča toplota.
Možnost ločene uporabe masaže in infrardeče toplote.

Redna cena 24 €, **30 % popust, praznična cena 16,80 €**



Termofor Fashy
S prostornino 2 l, oblečen
v pleteno črtasto prevleko.
Termofor Fashy (črtast)

Redna cena 13,40 €
25 % popust
praznična cena 10,05 €

Premium
Bio SHOTS



Premium Bio SHOTS
Odlični napitki iz narave
s svežimi koščki ingverja
in kurkume za vsak dan.
Priporočamo eno šilce
napitka na dan za
podporo imunskemu
sistemu.

Redna cena 9,90 €, **20 % popust, praznična cena 7,92 €**

Sanolabor
Ko gre za zdravje!

Spominčica
ALZHEIMER SLOVENIJA

Med 27.12. in 31.12.2019 od vsakega nakupa namenjamo 0,20 € združenju za pomoč pri demenci.

Vse dni v tednu lepo vabljeni k obisku naše spletne trgovine www.sanolabor.si
Praznične cene veljajo v decembru 2019 oziroma do prodaje zalog.



Dnevi
medgeneracijskega
sožitja

ZDUSplus

Me
KoS MEDGENERACIJSKA
KOALICIJA
SLOVENIJE

NATEČAJI USTVARJALNOSTI DNEVOV MEDGENERACIJSKEGA SOŽITJA 2020

FOTOGRAFSKI NATEČAJ 2020

»Naš dom«

Razpisujemo natečaj fotografij, s katerim odpiramo prostor ustvarjalnosti za mlado, srednjo in tretjo generacijo. Iščemo podobe, ki bodo odražale različne generacijske poglede na naše domove. Temo je mogoče razumeti v najširšem smislu.

1. Pogoji za sodelovanje

Pravico do sodelovanja imajo vsi, ki se ljubiteljsko ukvarjajo s fotografijo in niso profesionalni fotografi.

2. Prijava na natečaj, označevanje fotografij in pošiljanje

Prijavnine ni. Na natečaju sodelujejo avtorji, ki bodo avtorske, digitalne fotografije s sklicem na »Naš dom« poslali do vključno **28. februarja 2020**:

- po elektronski pošti na: dnevi-sozitia@zdus-zveza.si,
- na CD/DVD ali USB ključku z navadno pošto na ZDUS, Kebetova 9, 1000 Ljubljana.

Vsak avtor lahko sodeluje največ s tremi barvnimi ali črno-belimi fotografijami na temo »Naš dom«. Fotografije morajo biti v JPEG formatu in v velikosti do 2 MB. Vodoravna stranica fotografije naj meri 1920 pikslov, navpična pa do 1080 pikslov. Vsaka fotografija naj bo obvezno označena z imenom in priimkom avtorja, zaporedno številko in naslovom fotografije. Primer oddaje treh fotografij: Janez_Novak_1_Generacija, Janez_Novak_2_Sozitje, Janez_Novak_3_Dom. Skupaj s fotografijami pošljite še naslednje podatke: ime in priimek avtorja in elektronski naslov ali domač naslov. Prejete fotografije organizator hrani v e-arhivu ZDUS kot del natečajne dokumentacije. S prijavo avtor zagotavlja, da so fotografije avtorske in jih dovoljuje le za objavo za namene promocije Dnevov medgeneracijskega sožitja, kar med drugimi vključuje tudi objavo v promocijskih gradivih Dnevov in na spletni strani www.medgeneracijsko-sozitie.si z ustrezno navedbo avtorja. Objave niso honorirane. Organizatorji natečaja ne prevzemajo nobene odgovornosti za nepravilno rabo ali kršenje avtorskih pravic tretjih oseb. **Na natečaju ne morejo sodelovati člani ocenjevalne komisije.**

3. Ocenjevanje fotografij, izbor nagrajenih in obveščanje avtorjev

Prejete fotografije bo do **20. marca 2020** pregledala in ocenila ocenjevalna komisija, ki jo je imenovala Komisija za program Dnevov medgeneracijskega sožitja. Med prispelimi fotografijami bodo izbrane tri, ki bodo nagrajene s knjižnimi in praktičnimi nagradami. O izboru in prejemu nagrad bodo avtorji obveščeni do **27. marca 2020**

MEDGENERACIJSKI NATEČAJ ZA IZDELAVO VEZENEGA PRTIČKA

»Ljubo doma kdor ga ima«

Razpisujemo natečaj za izdelavo vezene prtička. Poudarek je na spodbujanju ustvarjalnosti vseh generacij **na področju rokodelskega ustvarjanja**.

1. Pogoji za sodelovanje

Pravico do sodelovanja imajo vsi, ki se ljubiteljsko ukvarjajo z vezenjem. Izdelki so lahko v različnih tehnikah vezenja. Predpisano temo »**Ljubo doma kdor ga ima**« je mogoče razumeti v najširšem smislu, motiv je poljuben.

2. Prijava del, označitev in pošiljanje

Prijavnine ni. Na natečaju sodelujejo vsa dela, ki bodo prispela na ZDUS vključno **28. februarja 2020**.

Avtorji pošljejo izdelek: vezen prtiček (največ 2 kosa) s poljubnimi motivi in na različnih materialih in v različnih tehnikah vezenja v dimenziji 30 x 30 cm. Prtiček mora biti obrobjen na različne načine. Na izdelek pritrdite listič s podatki: naziv izdelka, ime in priimek avtorja, naslov, telefon. Izdelki morajo biti tudi ustrezno pakirani za pošiljanje, da se ne poškodujejo. Izdelki bodo avtorjem vrnjeni po zaključku razstave, razen če v prijavi izjavijo, da jih predajo organizatorju, ki jih bo hranil kot del natečajne dokumentacije. **Na natečaju ne morejo sodelovati člani ocenjevalne komisije.** Pošiljatelj prevzema vso odgovornost in stroške pošiljanja ali dostave izdelka. Ovojnico z izdelki pošljite na:

Zveza društev upokoencev Slovenije, Kebetova 9, 1000 Ljubljana S pripisom: **Medgeneracijski natečaj za vezen prtiček 2020**.

3. Ocenjevanje del, izbor nagrajenih in obveščanje avtorjev

Prejeta dela bo do **20. marca 2020** pregledala in ocenila ocenjevalna komisija, ki jo bo imenovala Komisija za program Dnevov medgeneracijskega sožitja. Med prispelimi bodo izbrana tri, ki bodo nagrajena s knjižnimi in praktičnimi nagradami. O izboru in prejemu nagrad bodo avtorji obveščeni do **27. marca 2020**.

MEDGENERACIJSKI NATEČAJ ZA OBLIKOVANJE VOŠČILNICE 2020

»Moja hišica, moj svet«

Razpisujemo natečaj za oblikovanje voščilnice, s katerim odpiramo prostor ustvarjalnosti za mlado, srednjo in tretjo generacijo. Poudarek je na spodbujanju ustvarjalnosti vseh generacij **na področju likovnega in rokodelskega ustvarjanja**.

1. Pogoji za sodelovanje

Pravico do sodelovanja imajo vsi, ki se ljubiteljsko ukvarjajo s slikarstvom, drugimi oblikami likovnega ali rokodelskega ustvarjanja. Likovni prispevki so lahko v poljubni (risarski, slikarski, grafični) tehniki, lahko tudi s primesmi rokodelskega ustvarjanja. Tema in motiv voščilnic naj se navezuje na naslov: Moja hišica, moj svet.

2. Prijava del, označevanje in pošiljanje

Prijavnine ni. Na natečaju sodelujejo vsa dela, ki bodo prispela na ZDUS do vključno **28. februarja 2020**.

Avtorji pošljejo voščilnice (priporočilo: do največ 3 kose) s poljubnimi tehnikami v predlaganem formatu: 16 cm x 11 cm (ni obvezujoč). K voščilnicam priložite listič z naslednjimi podatki: ime in priimek avtorja, elektronski naslov ali domač naslov, naslov dela in tehnika izdelave. Prejetega materiala organizator ne bo vračal. Shranjen bo v arhivu ZDUS kot del natečajne dokumentacije.

Ovojnico z voščilnicami pošljite na: **Zveza društev upokoencev Slovenije**, Kebetova 9, 1000 Ljubljana

S pripisom: **Medgeneracijski natečaj za voščilnico 2020**.

S prijavo avtor zagotavlja, da je delo avtorsko in dovoljuje ZDUS-u fotografiranje in objavo del za namene promocije. V nasprotnem

primeru si organizator natečaja pridržuje pravico do izključitve dela iz natečaja. Pošiljatelj prevzema vso odgovornost in stroške pošiljanja ali dostave izdelka.

Na natečaju ne morejo sodelovati člani ocenjevalne komisije.

3. Ocenjevanje del, izbor nagrajenih in obveščanje avtorjev

Prejeta dela bo do **20. marca 2020** pregledala in ocenila ocenjevalna komisija, ki jo je imenovala Komisija za program Dnevo medgeneracijskega sožitja. Med prispelimi voščilnicami bodo izbrane tri, ki bodo nagrajene s knjižnimi in praktičnimi nagradami. O izboru in prejemu nagrad bodo avtorji obveščeni do **27. marca 2020**.

Razstave voščilnic, vezanih prtičkov in fotografij natečajev DMS 2020. Organizator bo pripravil razstavo voščilnic natečaja, ki si jo bo mogoče ogledati v Ustvarjalnem stičišču ZDUS v času Dnevo medgeneracijskega sožitja (19.–21. 5. 2020) na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani. Vljudno vabljeni k soustvarjanju Dnevo medgeneracijskega sožitja 2020. Informacije: Dijana Lukić, Zveza društev upokojencev Slovenije T: 01 515 52 41, M: 051 656 532, E: dnevi-sozitia@zdus-zveza.si

Razpis za sofinanciranje organiziranih letovanj članov društev upokojencev v kapacitetah hotela Delfin v Izoli v letu 2019

Na podlagi sklepa Upravnega odbora ZDUS, sprejetega na 2. redni seji dne 30. 10. 2019, objavljamo Razpis za sofinanciranje organiziranih letovanj članov društev upokojencev v kapacitetah hotela Delfin v Izoli. Društva upokojencev na podlagi tega razpisa na ZDUS pošljejo **pisno vlogo za sofinanciranje, kateri priložijo:**

- **Potrdilo hotela Delfin, da je DU organizirano letovalo v navedenem terminu in z navedbo števila udeležencev;**
- **Fotokopijo računa organiziranega prevoza.**

ROK IN POGOJI

Razpis je odprt do vključno 29. 11. 2019.

Če vlogi ne bodo priložena zahtevana dokazila, se vloga zavrže.

Vloge, ki bodo prispele po zaključku razpisa, bodo zavržene.

KRITERIJI

Kriterijev števila opravljenih nočitev **ni**.

POMEMBNO

Društvom upokojencev, ki so vlogo in dokazila že poslala, le-teh ni potrebno pošiljati ponovno.

Več informacij: Nika Antolašič T: 01 620 54 72 E: tajnistvo@zdus-zveza.si

Vse naše bralce obveščamo, da je vsak prvi torek v mesecu v oddaji Dobro jutro Slovenija na TVS rezerviran za aktualne pogovore, ki se nanašajo na Zvezo društev upokojencev Slovenije, ZDUS. Vabimo vas, da oddaje pozorno spremljate, saj boste lahko slišali, videli in izvedeli marsikaj zanimivega.



Ni nam znano, če so gospa in gospodje "vrhuška" slovenske Policije že ob robu DMS spomladi v Ljubljani načrtovali spet strožje ukrepe za varnost v cestnem prometu. Ob martinovem so ponekod "sklenili obroč" okrog kulturno zabavnih prizorišč in izvajali alkokotestne kontrole ob izhodih iz domnevno alkoholiziranega območja, tako kot so napovedali pred tem. Ob vseh ukrepih policije in SPV-ja je v lansekem letu v tem času na SLO cestah končalo življenje preveč, a bistveno manj ljudi, kot letos do tega časa. Z obžalovanjem, a vse kaže, da pretirana preventivna represija ne rešuje dragocenih življenj. Pogruntati bo potrebno kaj bolj vzgojnega kot je "hop cefizelj, te že imam...!"

Foto: Jože MIKLAVC



D
delfin ^{***}
HOTEL

Tomažičeva 10, 6310 Izola

+386 (0)5 660 74 00

rezervacije@hotel-delfin.si

www.hotel-delfin.si

