



Revija Zveze društev upokojencev Slovenije



**Delo organov
ZDUS na daljavo**

**Mednarodne
NVO o pandemiji**

**Kako se
spoprijeti s
Covid-19**

**Prostovoljci kljub
samoizolaciji
ne mirujejo**

V ŽARIŠČU

2. korespondenčna seja UO ZDUS	4
2. redna seja Komisije za kadrovske, organizacijske in statutarne zadeve	4
Digitalne veščine in znanja v kriznih časih	5
1. korespondenčna seja Komisije za kadrovske, organizacijske in statutarne zadeve	5

STROKOVNO PERO

Delovanje domov za starejše	6
Moralno etične dileme Triaže	6
Čas izobraževanja, čas publicitete, čas informatike	8
Tri stvari so postale v teh dneh jasne!	9

STAREJŠI ZA STAREJŠE V BOJU PROTI KORONAVIRUSU

Zveza društev upokojencev in prostovoljci programa Starejši za starejše aktivni kljub vladnim ukrepom	10
Prostovoljci SzS v boju proti koronavirusu	11
Delfinke in Delfinci izdelujejo obrazne maske	15
Na Senovem članice DU tudi šivajo maske	15
Donacija blaga za izdelavo zaščitnih mask	16
Šivajo in brezplačno delijo maske	16
Prostovoljke in zaupnice DU Žirovnica obiskale župana	17
Prostovoljci Savinjske doline iščejo nova pota pomoči	17

MEDNARODNA DEJAVNOST

AGE o koronavirusu Covid-19	18
Mednarodne nevladne organizacije ob sedanjih epidemiji	18
Starejše Evropejke zahtevajo enakost med generacijami	19
Predviden začetek javne razprave o prihodnosti Evrope	20
Evropski parlament prižgal zeleno luč za 37 milijard evrov	20

EVROPSKO PISMO

UTRIPI V POKRAJINSKIH ZVEZAH

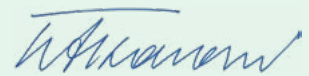
KULTURA IN NESNOVNA DEDIŠČINA

IN MEMORIAM

SPOROČILA UREDNIŠTVA IN VODSTVA ZDUS

Strah me je! Pa ne virusa. Strah me je panike in medijskih apokaliptičnih naslovov. Bo človeštvo iztrebljeno, pa Konec ali katastrofa, Življenja, kakršnega smo poznali, ne bo več. Ko pa bereš, ne prebereš bistva, ki ga obljublja naslov. Tega, trenutnega strahu se bojim, saj mestoma meji že na masovno paniko, ki vdira tudi v mnoga uredništva. Ljudje so pokupili kvas, moko, v kletih se kopičijo zaloge, pri mnogih, vsaj za leto dni. Strah me je tudi za starejše, ki v večini primerov verjamejo vse, kar preberejo, slišijo, ali vidijo na televiziji. Proti ugotovitvi, da smo ljudje bitja strahu, ne najdem treznega protigargumenta, ki bi vzdržal akademski diskurz. Kdor trdi, da strahu ne pozna, se ni še nikdar poglobil sam vase. Mnogokrat ne znamo in ne zmremo ta strah, ki ga nosimo v sebi, vezati na nekaj, in tega nas je strah. Če strahu ne pristrizemo peruti nas moti in straši. Preganja nas povsod! Pri delu, študiju, v družini, konec koncev tudi v intimnem življenju. Ves ta strah je tudi razumljiv, saj človek, ko pride na ta svet, pride iz oceana! Plodna voda je ocean, kajti človek v devetih mesecih, ki jih potrebuje, da postane človek, pride na svet v drugačno, njemu neprijetno okolje. Sam mora zadihati! Ko je popkavnica prerezana, postane lastno bitje. Ta nasilna osamosvojitve je reakcija čiste prvinske groze in strahu. Otrok pa joka. Saj ne joka v tri dni. **On je v grozi, če je količkaj zdrav.** Tako so tudi prvi vesoljci, ki so izstopali iz vesoljskih plovil in lebdeli v praznem prostoru, lebdeli na popkavnici. Če bi se strgala, bi bilo konec. Groza ostane v človeku pogojno. Pri nekemu manj, pri drugem dlje časa. Kaj nas žene, da izzivamo svoj strah? Čeprav nas je strah temačnih prostorov, kleti denimo, vseeno vstopimo vanjo, čeprav je grozljiva že sama misel nanjo. Ta strah, ki smo mu priča, je obsojen na življenje v odvisnosti, da se veže na nekaj. In veže se na epidemijo Koronavirusa Covid 19. Tako kot se kisik veže na vodik, se strah pred epidemijo in pandemijo veže na vse viroze. Nismo daleč od resnice, da bomo pripravljeni linčati vsakogar, ki bo zakašljaj ali samo kihnil v naši bližini. Osti Jarej,

Črt Kanoni,
odgovorni urednik



Za izdajatelja Janez Sušnik, predsednik ZDUS. Odgovorni urednik Črt Kanoni. Tel: 01/62 05 481 e-pošta: crt.kanoni@zdus-zveza.si Naslov uredništva: ZDUSplus, Kebetova 9, 1000 Ljubljana. Tel: 01/519 50 86 e-pošta: urednistvo@zdus-zveza.si Uredniški odbor: Vera Pečnik, Jožica Puhar, 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 Bertalanič, 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 je vpisana v razvid medijev pri Ministrstvu za kulturo RS pod zaporedno številko 2192.**

Naslovnica: Zakonca Luc, člana DU Ostrožno sta zagnala šivalne stroje in izdelujeta zaščitne maske



Dnevi
medgeneracijskega
sožitja

ZDUSplus

Spoštovane upokojenke in upokojeenci!

Le kdo bi še pred dobrim mesecem dni upal razmišljati, da bo svetovna pandemija koronavirusa tako ohromila naše aktivnosti. Bili smo sredi priprav na naše druge Dneve medgeneracijskega sožitja, ki so bili predvideni od 19. do 21. maja in tudi naš nadomestni termin pod tako strogimi ukrepi postaja vse bolj vprašljiv. Ne le Slovenija. Ves svet je zastal. Ustavila so se živahna družjenja v društvenih prostorih, zastalo je družabno življenje v Domovih za starejše in prav grozljivo je, da virus pustoši prav med starejšo populacijo prebivalstva. Ves čas, odkar smo tudi na ZDUS sprejeli in začeli v praksi spoštovati vladno uredbo o omejenem druženju in gibanju po razglasitvi epidemije, razmišljam o vseh načrtovanih projektih in programih, ki se zdaj odmikajo v negotovo prihodnost. Tudi naše, sicer živahno delo na sedežu Zveze, je zastalo. Delo od doma seveda lahko opravljamo prav vsi, vendar so socialni stiki nekaj povsem drugega, kot pa tipkati na tipkovnici in bolščati v dvignjen ekran. Vlada nam napoveduje drastičen padec bruto družbenega proizvoda, v Bruslju pa o tem govorijo za vse članice EU. Svet, ko se bo znova začel vrteti, od te katastrofe še dolgo ne bo mogel povsem okrevati in zelo dolgo ne bo spet tak, kakršnega smo poznali pred pandemijo.

Ob zadnjem solidarnostnem t. i. »kriznem dodatku« v vrednosti 65 mio EUR smo v ZDUS napeli vse sile in ne sme biti nikdar pozabljen, kot tudi ne dodatno usklajevanje pokojnin. Vsi vemo, kako je bilo z zadrževanjem izplačil pokojnin nekaj let nazaj, kot tudi to, da dajemo danes zanje najmanjši odstotek BDP v zgodovini samostojne Slovenije. Žal, smo ugoden trenutek za popravo zamudili v preteklih letih, ko je bila finančna zmožnost fiskusa mnogo boljše in smo bili mnenja, da moramo najbolj varčevati pri izdatkih! Pri tem pa smo zanemarili dejstvo, da pokojnine niso zgolj izdatek javnih financ, saj se večina njih vrne v državno blagajno skozi prizmo potrošnje in posledično višjih prilivov v proračun ter višjega BDP-ja. Prav pri prejemnikih nizkih pokojnin pa se vse meče v isti koš. Analizo bi lahko naredil ZPIZ, ki ima dovolj podatkov, le politične volje je premalo, da bi se to storilo. Take analize bi tudi pokazale, kdo vse dobiva višje pokojnine in nima dokazil o plačanih prispevkih!? Skrajni čas bi bil, da se podrobneje prouči, kdo je prejemnik

vseh teh t. i. **nizjih prejemkov** in kje so osnove za njihova izplačila. Sprašujem se, kako je mogoče, da ima nekdo na podlagi polne zaposlitve in delovne dobe tako nizko pokojnino (600 EUR)!? Kaj je temu vzrok? Nižja zavarovalna doba ali druge anomalije pri izračunih. **Recimo, pogosto izogibanje obveznosti plačevanja zdravstvenega in pokojninsko invalidskega zavarovanja?** Temeljito opravljena analiza strukture takih prejemnikov bi bila seveda najboljše osnova za nadaljnje razprave o položaju upokojske generacije. Naj nadaljujem s trenutnimi razmerami! Strokovnjaki govorijo, da moramo ohranjati socialne stike! Kako, če pa so druženja strogo prepovedana? Starejši so bili že pred izbruhom Covid 19 potisnjeni na stranski tir, kakršnega koli odločanja o svoji prihodnosti ali morebitnem izboljšanju razmer v Domovih starejših, zato ne čudi preveč, da je tudi naš slogan »**O starejših nič, brez starejših**« ostal zgolj še en pamflet, ki so ga mnogi odločevalci sprejeli s figo v žepu.

Ja, spominjam se devetdesetih let, ko **smo v veliko firmah uspeli v zares zaostrenih razmerah obdržati večino delovnih mest.** Danes pa berem, poslušam in spremljam na televiziji, kako nekateri delodajalci ta krizni čas, čas, ki je zarezal globoke eksistencialne brazde, ne le v družine posameznikov temveč tudi v celotno slovensko družbo, izkoriščajo za reševanje svojega ekonomskega položaja, svoje eksistence, z odpuščanjem in krčenjem števila zaposlenih. **Nezaslišano, v kako brezobzirnih časih smo se znašli. Vsi, brez izjeme!**

Če analitično pogledam dober mesec nazaj v ukrepe, ki jih je sprejela trenutna vlada, lahko le ugotovim, da ima trenutno vodstvo slovenske politike zadosten motiv, da priskoči na pomoč vsem, še posebej gospodarstvu, kajti edino to bi bilo modro, da se čimprej poberemo iz krize, saj motorji tečejo nemoteno, le v prostem teku smo, ker so se trgi zaprli in to tržno nišo bodo znali izkoristiti le najprodornejši z novimi produkti. Ostali smo doma in vsaj tam, v okviru svojih družin, življenje teče nemoteno dalje. Kolikor toliko, seveda! Nas pa vse, celotno družbo straši praznina, ki se razprostira naokoli, če stopimo na prosto prek domačega praga in se ozremo po vaških trgih ali mestnih ulicah. Žive duše ni nikjer!



Tudi naše prostovoljke, ki se pod taktirko neutrudne Rožce od Lendave do Pirana in od Rateč do Metlike še vedno nesebično razdajajo in pomagajo pomoči potrebnim, so končno dobile zaščitna sredstva. Nekaj so jih dobile po svoji iznajdljivosti, nekaj pa jih bodo sešile same, saj smo od Škofjeloške Odeje dobili donacijo, material, za izdelavo zaščitnih mask, kar si boste lahko podrobneje prebrali v tokratni številki revije ZDUSPlus. Veseli me še, da so se na pobudo našega odgovornega urednika začeli odzivati tudi člani Strokovnega sveta ZDUS in pošiljajo prispevke, ki so plod njihovega razmišljanja in njihovega dolgoletnega poznavalskega dela na različnih ravneh gospodarskega in kulturnega življenja. Hvala vsem, ki ste, ali pa še boste pripravljene deliti svoje bogato znanje z bralci naše revije.

Te dni nas je razžalostila (v že tako žalostnem in turobnem vzdušju) vest, da je umrl nekdanji predsednik PZDU Dolenjske in Bele krajine, Jože Jazbec. Bil je izjemen človek in čeprav se morda včasih nisva povsem strinjala v nekaterih pogledih, sva bila in ostala prijatelja. Če je imel prav on, sem popustil jaz, če pa jaz, je popustil on. Nikoli pa ni bilo med nama zamer, saj sva oba vedela, da delava za dobro celotne upokojske srenje. Tudi po umiku s funkcije predsednika PZDU je še ostal aktiven na ravni pokrajine in čas bo pokazal, kako globoka vrzel bo nastala pri nadaljnjem delu, pri iskanju tistih »bližnjic,« ki jih je poznal le Jože.

Janez Sušnik,
predsednik ZDUS

2. korespondenčna seja UO ZDUS



Med 20. 3. in 23. 3. 2020 je skladno s stališčem vodstva ZDUS o preprečevanju širjenja epidemije in s smernicami uredbe Vlade RS potekala 2. korespondenčna seja Upravnega odbora ZDUS. Seja je potekala tekoče in bila končana relativno hitro. Po sprejetju dnevnega reda so razpravljavci med drugim potrdili poročili o realizaciji sklepov 3. redne in 1. korespondenčne seje. Seznanili so se še s poročilom NO ZDUS za leto 2019 in potrdili realizacijo finančnega načrta za leto 2019, ter letno poročilo za poslovno leto 2019.

Željko Kljajić je predlagal, naj se za prostovoljce uvede program evidentiranja opravljenih ur po vzoru nekaterih skandinavskih

držav, ki določa, da prostovoljec, ko doseže kvoto 750 ur prostovoljnega dela, se mu te brezplačno priznajo v pomoč ob njegovi starosti. To bi pomenilo, da je pozneje upravičen do toliko ur brezplačne pomoči, kolikor mu jih je bilo priznanih kot prostovoljcu. Seveda je predlog še nedorečen in bi ga bilo potrebno Zakonsko uokviriti. Viktor Kokol je predlagal, da bi poslovnik o delu organov in delovnih teles ZDUS v nekaj členih dopolnili, kar bi kasneje obravnavala pristojna komisija. Željko Kljajić je k spremembam in dopolnitvam Pravilnika o priznanjih ZDUS dodal komentar, da dvomi v smiselnost dodeljevanja priznanj ZDUS na 4 leta, saj marsikdo, kljub zaslugam, ne more biti predlagan za višja priznanja. Predlaga, da bi postopnost znižali na 2 leti

in vzpostavili enotno evidenco DU, PZDU in ZDUS za dodeljevanje priznanj. Te, in še nekaj drugih pobud, bo kasneje obravnavala pristojna komisija. Člani so razpravljali še o imenovanju Marjete Skale (PZDU Celje) za članico UO Vzajemnega posmrtninskega sklada, se seznanili s spremembo sestave UO ZDUS (nov predstavnik PZDU Spodnje Podravje) in predlaganjem Nežke Ivanetič za članico delovne skupine MDDSZ za pripravo Akcijskega programa za invalide od 2021 do 2026, predlaganjem Jožka Čuka za člana Programskega sveta RTV Slovenija, ter se seznanili z razpisom o priznanjih ZDUS za leto 2020, ki ga je sprejela Komisija za kadrovske organizacijske in statutarne zadeve.

Uredništvo ZDUSPlus, foto Arhiv ZDUS

2. redna seja Komisije za kadrovske, organizacijske in statutarne zadeve

V začetku marca, ko ukrepi še niso bili tako strogi, kakršni veljajo danes, je v veliki sejni sobi na sedežu ZDUS potekala 2. redna seja Komisije za kadrovske in statutarne zadeve, ki se jo je udeležil tudi predsednik NO ZDUS, Franc Lobnik.

Predsednica Komisije, Karolina Vida Rozman, je pozdravila prisotne, ugotovila sklepčnost in pojasnila razloge za vabljenje predsednika Nadzornega odbora na sejo komisije. Gre namreč za zagotavljanje pravilnosti vseh postopkov pri delu komisije. Ana Bilbija je imela pripombo na zapisnik, in sicer na sklep št. 4, da predsednice in

podpredsednice komisije nismo izvolili, **temveč vzeli na znanje**. Prosila je tudi, da se pri poročilu o izvršitvi sklepov precizira, kdaj in na kakšen način so bili izvršeni.

Predsednica je člane seznanila, da so prejeli predlog poročila o delu komisije za leto 2019. Na predlog ni bilo pripomb, zato je nadaljevala s predstavitvijo organograma ZDUS, ki jasno prikazuje način organiziranosti ZDUS. S tem v zvezi je Evgen Primožič omenil, da pogreša umeščeno stanovskih klubov in DU.

Nika Antolašič je predlagala, da se potrdi in Upravnemu odboru ZDUS predlaga v sprejem predlog naknadno prispelih pre-

dlogov za priznanja najbolj aktivnim DU za leto 2019: **DU Škofja Vas, DU Piran, DU Slovenj Gradec, DU Murska Sobota, DU Brestanica, DU Tolmin, DU Zagorje ob Savi in DU Limbuš Pekre**. Komisija je njen predlog sprejela in ga potrdila.

Karolina Vida Rozman je predstavila še predlog načrta dela komisije v letu 2020. Ali bodo potrebne tudi volitve tretjega podpredsednika ZDUS, naj oceni vodstvo ZDUS. Ana Bilbija se je s tem strinjala in dodala, da je potrebno pridobiti še ugotovitve Tomaža Banovca glede izvrševanja Memoranduma 2018 in opozorila na vsebinsko slaba poročila predstavnikov ZDUS

v državnih organih upravljanja in nadzora ter delovnih telesih. Prav tako je opozorila na neizvršen sklep Strokovnega sveta ZDUS, s katerim je bila imenovana skupina za pripravo enotnega obrazca za poročila predstavnikov ZDUS. **Predstavniki ZDUS bi morali vedno zastopati stališča in zahteve ZDUS.** Prisotni so se seznanili z dopisom PZDU Spodnje Podravje z dne 20. 11. 2019 ter dopisom, ki so ga poslali naknadno, dne 21. 2. 2020, s katerim so nas seznanili, da so v PZDU opravili volitve in predlagali tudi novega predstavnika PZDU za člana Upravnega odbora ZDUS – to je Viktor Kokol. Nika Antolašič je še seznanila člane komisije z informacijo o kadrovskih spremembah v strokovni službi. Zaradi odstopa dosedanje podpredsednice komisije Andreje Ravnikar, je bila za podpredsednico izvoljena Ana Bilbija.

Uredništvo ZDUSPlus, foto Arhiv ZDUS

1. korespondenčna seja Komisije za kadrovske, organizacijske in statutarne zadeve

V drugi polovici marca, ko so v veljavo stopili ukrepi vezani na epidemijo, je na korespondenčen način potekala 1. korespondenčna seja Komisije za kadrovske in statutarne zadeve.

Komisija je na seji z nekaj dopolnili potrdila zapisnik 2. redne seje. Sprejela je tudi Razpis za priznanja ZDUS za leto 2020. Nato so člani razpravljali o dveh kandidatih, Marijanu Premušu in Jožku Čuku, za predlaganje DZ RS za člana Programskega sveta RTV Slovenije. Glede na ugotovitve o izkušnjah in predhodnih delovnih področjih, je komisija predlagala, naj se kandidira na to funkcijo Jožka Čuka.

Uredništvo ZDUSPlus



Jožko Čuk je bil imenovan v Programski svet RTV Slovenija.

Digitalne veščine in znanja v kriznih časih

Od 23. do 29. marca je v času svetovne samoizolacije po spletu potekala ena izmed največjih vseevropskih kampanj ozaveščanja o pomenu digitalnih veščin z naslovom *Teden digitalnih veščin*, angleško *All Digital Week 2020*. Okoliščine, v katerih smo se znašli, so tednu dodelile pomenljiv slogan »Ostanite doma in se učite online«. Slovenski nacionalni partner kampanje, ki poteka pod okriljem evropske mreže All Digital, je *Simbioza Genesis*, socialno podjetje, ki je pozvala, da se jim pridružimo v spletnem učenju in se naučimo vsaj ene digitalne veščine ter svojo izkušnjo delimo na družabnem omrežju Facebook. Morda zanimiv podatek, da je v tej kampanji od 2010 do 2019 sodelovalo več kot 1.255.000 udeležencev.

ZDUS že vrsto let spodbuja članstvo k vseživljenjskemu izobraževanju, učenju, usposabljanju za vse življenjske okoliščine in za vse

priložnosti. In zdaj, v času, ko smo omejeni v gibanju in možnostih, je še kako pomembno, da se ozavestimo, da nam kakršnekoli digitalne veščine v takih razmerah pridejo še kako prav. Plačilo položnice od doma, uporaba pametnega telefona, naročilo hrane in dostave preko spleta, spremljanje vodenih video vadb za razgibavanje doma, video urice za urjenje spomina in nenazadnje, video pogovor s sorodniki ali prijatelji bodisi preko pametnega telefona ali Skypa. V novicah smo te dni zasledili, kako je Dom upokojencev Nova Gorica v dneh, ko so obiski svojcev prepovedani, za svoje stanovalce omogočil video konferenčno povezavo, da so ti lahko prišli v stik s sorodniki, prijatelji. Marsikdo se je prvič tako virtualno pogovarjal. Vsekakor to ne more in ne sme postati prevladujoč način komunikacije, saj smo vendarle družabna bitja, je pa to pripomoček in orodje, s katerim v časih takšne socialne odtujenosti lahko prebrodimo naš vsakdan. Zavedamo se, da pridobivanje in osvajanje digitalnih veščin pri starejših zahteva najmanj tri predpogoje, če ne še kakšnega več: **imeti računalnik ali pametni telefon, dostop do interneta in vodeno, starejšim prilagojeno učenje in v tem smislu prav gotovo ne moremo govoriti o dostopnem vseživljenjskem učenju prav za vse.** To se je pokazalo tudi pri otrocih, ki imajo sedaj pouk na daljavo, pri čemer najmanj 700 otrok doma nima ne računalnika ne spleta. Kako naj se potem učijo? Enako lahko rečemo za starejše, ki so v pozni življenjski dobi. **V tem prepoznavamo odgovorno vlogo ZDUS in vseh društev upokojencev.** Po koncu epidemije, ko se bo življenje vrnilo v ustaljene tirnice, razmislite o prihodnosti, razmislite o bodočih letnih načrtih in programih, ki jih sprejemate. Poiščite načine, da opremito društva in člane z računalniki ali drugimi pametnimi napravami, spodbujajte člane, da se udeležujejo računalniških tečajev za starejše v vaših lokalnih okoljih, organizirajte delavnico uporabe e-storitev in še kaj ... Možnosti so neskončne, in kot že povedano, okoliščine bodo od nas tudi v bodoče zahtevale učenje za spremembe.

Dijana Lukić v sodelovanju s Simbiozo Genesis



Delovanje domov za starejše

Domovi za starejše so po Zakonu o socialnem varstvu izvajalci socialno-varstvenih storitev, ki obsegajo socialnovarstvene storitve, zdravstvene storitve in tržno dejavnost.

Socialnovarstvene storitve so predpisane in normirane. Na osnovi standardov in normativov domovi po posebni metodologiji o oblikovanju cen izračunajo ceno oskrbe (oskrba I). Ceno sprejme svet doma, soglasje k spremembi pa poda aktualni, pristojni minister za socialne zadeve. Tako določeno ceno so obvezni plačevati uporabniki storitev ali drugi njihovi zavezcanci. Občine pa doplačujejo ali plačujejo ceno v celoti, v kolikor upravičenci izpolnjuje, posebej predpisane kriterije. Iz navedenega izhaja, da domovi ne oblikujejo cen po lastnem preudarku ali trenutnih potrebah. V strukturi cen stroški dela predstavljajo delež, ki krepko presega 60 %; po neuradnih informacijah je delež že blizu 70 %. Dvig plač in drugih prejemkov zaposlenih, iz kakršnihkoli razlogov, vpliva na rast stroškov dela tistih, ki opravljajo socialnovarstveno dejavnost. Enako velja za dvig življenjskih stroškov. Oboje so stroški oskrbe, ki jih morajo plačevati uporabniki storitev, saj drugi viri niso predpisani. Po navedbah Mednarodne organizacije za gospodarsko sodelovanje in razvoj iz leta 2017 med njenimi članicami ni države, kjer bi starostnik s povprečno pokojnino lahko pokrival stroške storitve, če potrebuje nekoliko več tuje pomoči. Zaradi navedenega so v drugih državah vzpostavili sistem dolgotrajne oskrbe, ki ga Slovenija še vedno nima in morajo zato vse stroške oskrbe plačevati uporabniki.

Zdravstvene storitve, ki jih izvajajo domovi, obsegajo zdravstveno nego, rehabilitacijo in specialistično dejavnost. Domovi nimajo statusa zdravstvene insti-

tucije, vendar po zakonu izvajajo že omejeno zdravstveno dejavnost. Zdravljenje zagotavljajo zdravniki, zaposleni v zdravstvenih domovih ali zasebniki s koncesijo. Stroške izvajanja zdravstvenih storitev plačuje Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, po posebnem letnem dogovoru med partnerji (vsi izvajalci zdravstvenih storitev, Ministrstvo za zdravje in Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije). Za izvajanje storitev so določeni kadrovske normativi, cena pa je izračunana po posebni metodologiji Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije. **Največji del stroškov predstavljajo plače zaposlenih, ki izvajajo zdravstveno nego!** Teh stroškov ne plačujejo uporabniki. Običajno zavarovalnica sistemsko ne zagotavlja dovolj sredstev za pokritje stroškov zdravstvene nege. Uveljavila se je praksa, da se breme rasti stroškov dela za izvajanje zdravstvenih storitev prelija v stroške oskrbe, ki jo plačujejo uporabniki. Prav tako prenizka cena, ki jo plačuje zavod, povzroča nižanje standarda, saj se sredstva iz oskrbnin, ki vključujejo tudi delež za obnovo in zagotavljanje kakovosti bivanja in življenja v domovih, konstantno nižajo. Tako so upravičenci do storitev institucionalnega varstva v domovih za starejše edina skupina državljanov, ki morajo doplačevati izvajanje zdravstvenih storitev.

Tržna dejavnost je v domovih dopolnilna dejavnost. Po Zakonu o socialnem varstvu (93. čl.) jo domovi lahko opravljajo v omejenem obsegu in mora biti povezana z izvajanjem javne službe. To opravljajo tako, da v omejenem obsegu zagotavljajo blago in storitve dejavnosti, ki ne sodijo v zagotavljanje v okviru mreže javne službe. Dopolnilna tržna dejavnost po prvem odstavku tega člena ne sme vplivati na obseg in kakovost zagotavljanja socialnovarstvene

dejavnosti. Iz povedanega sledi, da je zmotna praksa, da domovi lahko z izvajanjem tržne dejavnosti zagotovijo manjkajoča sredstva za izvajanje javne službe.

Zaključek

V domovih za starejše živi preko 20.000 starejših oseb, predvsem takih, ki v vsakdanjem življenju potrebujejo pomoč drugih. **Upravičenci v domovih za starejše so diskriminirani, saj so edina skupina državljanov, ki storitve oskrbe plačujejo v celoti in doplačujejo zdravstvene storitve.** Tako npr. storitve pomoči na domu krijejo drugi viri (občine) in to najmanj 50 % cene storitve izvajalcev, stroške obiskov zdravstvenih delavcev pa pokriva Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Vlada mora poskrbeti za dostojno življenje starejših državljanov, ki bivajo v domovih za starejše in jim zagotoviti pogoje, da ne bodo diskriminirani in bodo deležni varnih ter kakovostnih storitev, ki so primerne za 21. stoletje in so primerljive s prakso pri izvajalcih v drugih državah EU, po katerih se zgleduje Slovenija. Povsem nesprejemljiva je praksa, da se bremena odločitev v družbi prenašajo na starejše v domovih. Vlada mora takoj zaustaviti prakso, da se »varčuje tam, kjer je najmanjša škoda« – pri opešanih in starostno prizadetih starejših ljudeh. Nesprejemljiva je tudi praksa, da bodo starejši, ki ne bodo zmogli plačevati stroškov oskrbe v slovenskih domovih, živeli in umirali v cenejših domovih na Hrvaškem ali životarili doma. Vse nakopičene težave, ki vztrajajo že ves čas po osamosvojitvi Slovenije, se odražajo danes, ko zaradi kadrovske podhranjenosti in »odriranja starejših v domovih na stran,« epidemija žanje svoj davek.

mag. Milan Krajnc, predsednik
Strokovnega sveta ZDUS

Moralno etične dileme Triaže

Nič novega ni, a Covid-19 je odprl stara, znana vprašanja, ki zadevajo starejše in so predmet številnih etičnih razprav. Vedeti moramo, da strokovna javnost resno razpravlja o obolelih v starosti 85 let in več in triažnih odločitvah vezanih na to starost, saj je »uspeh« zdravniške obravnave starostnikov negotov. **Tudi zaradi tega je bilo nujno,**

da so nas, starejše ljudi, v trgovinah ločili od manj starih, saj, zjutraj je v trgovinah zrak čist ker virus nekako zdrži v zraku le tri ure in noč je zanj predloga. Torej ne gre za muho oblasti, gre za dobro namero! Članek sem prevedel kot naročnik revije **Th Economist** in je »darilo« uredništva za celotno človeštvo.

Ko je koncept kompromisov vse preveč realen

The Economist Briefing

Dominique Jean Larrey je bil francoski vojaški kirurg, (* 8. julij 1766, † 25. julij 1842) in je bil glavni zdravnik Napoleonovih vojska med letoma 1797 in 1815. V tem



času je moderniziral vojaško zdravstvo in izoblikoval sistem triaže. Na bojnem polju je moral Larrey, ki se je v bitki pri Waterlooju soočal s poškodbami ranjencev ugotavljati, kateri vojaki najbolj potrebujejo zdravniško pomoč, ne glede na dosežen čin! Pri tem je zasnoval koncept obravnave med nujnimi in nenujnimi pacienti. (Triage iz francoskega *trierja* "ločeno ven" in ta koncept ostaja v veljavi še danes.)

Danes je seveda poslanstvo zdravnika precej drugačno in redki so, ki opravljajo svoje naloge na bojiščih. Pandemija Covid 19 pa je ta pogled nekoliko obrnila na glavo. Iz Italije poročajo o zdravnikih, ki zaradi svojih odločitev počejajo v bolnišničnih hodnikih. V Ameriki in Evropi se mnogi zdravniki soočajo z grozljivimi odločitvami, kdo naj bo deležen intenzivne obravnave in koga priklopiti na respiratorje in koga ne. Na Nizozemskem naj bi bolniške kapacitete pokale po šivih in dva urgentna bolnika so poslali celo v Nemčijo! V mnogih državah se naglo oblikujejo nove smernice pri klinični obravnavi obolelih ali težje zbolelih.

Ena izmed rešitev, ki jo ponujajo moralni filozofi kot tudi zdravniki je, zagotoviti, da se vsa sredstva, (zdravstveno osebje, zaloge in oprema) prednostno (pre)usmerijo **na tiste bolnike, ki imajo največ možnosti za uspešno zdravljenje in imajo največjo (pričakovano) življenjsko dobo.** Toda zunaj, tako na videz preproste utilitarne rešitve, se skrivajo mnoge brutalne subjektivne odločitve. **Respiratorjev je premalo!** Številni bolniki, hospitalizirani na intenzivni negi bodo slej ko prej morali biti priključeni

Prezračevanje pljuč je šok za organizem. Starejši bolniki težko preživijo na prezračevalnikih dva ali celo tri tedne kolikor bi potrebovali, da si opomorejo od pljučne insuficience. V običajnih razmerah bi si seveda vse bolnišnice sveta prizadevale ohraniti pacienta pri življenju. Vsaj tako dolgo, dokler ne postane njegovo zdravstveno stanje brezupno. V mnogih bolnišnicah pa to preprosto ni več mogoče!

nanj. Vendar, kdo!? Petinosemdesetletnik, šestdesetletnik, štiridesetletnik, dvajsetletnik ali otrok!? Časopis **New England Journal of Medicine** piše, da ko oboleti, ki jim je zaradi »prednostne liste« odzvet ventilator in nanj priklopijo drugega, umre v nekaj minutah!

Odločitev o prezračevanju (ventilaciji) je torej v rokah zdravnikov! Ti so postali gospodarji življenja in smrti in njihove odločitve niso v prid starejšim, ali Bog obvaruj, celo tistimi, s spremljajočimi kroničnimi obolenji.

Prezračevanje pljuč je šok za organizem. Starejši bolniki težko preživijo na prezračevalnikih dva ali celo tri tedne kolikor bi potrebovali, da si opomorejo od pljučne insuficience. V običajnih razmerah bi si seveda vse bolnišnice sveta prizadevale ohraniti pacienta pri življenju. Vsaj tako dolgo, dokler ne postane njegovo zdravstveno stanje brezupno. V mnogih bolnišnicah pa to preprosto ni več mogoče!

Italijanski zdravniki menijo, da bi morali vnaprej sprejeti starostni okvir prioritete med pacienti, saj bi bili tako bolniki kot tudi njihove družine pravočasno sezna-

njeni in ustrezno informirani o prognozi stanja. Mnogi zdravniki se zaradi takih odločitev soočajo s hudo etično dilemo, ki je povsem v nasprotju s Hipokratovo prisego. Beremo, da imajo mnoge Zvezne države v ZDA za take primere **triažne oficirje** ali poseben bolnišnični odbor, ki v danih primerih razbremeni zdravnika take dileme. Ponekod poteka celo priprava novih triažnih smernic. V Kanadi denimo, razvijajo vladni pravniki z drugimi strokovnjaki t.i. »okvirne regulatorje« prioritete pod vodstvom Rossa Upshurja, profesorja na šoli za javno zdravje **Dalla Lana** Univerze v Torontu. V Veliki Britaniji pa je razvoj takih smernic boleč. Vladni organ **Nacionalni inštitut za odličnost v zdravstvu in zdravstveni negi** priporoča, da se odločitve o sprejemu na intenzivno nego **sprejemajo na podlagi možnosti preživetja bolnika!** Ob razglasu te smernice je omenjeni Inštitut pojasnil, da se splošni indeks šibkosti, **ne bi smel uporabljati za mlajše ali tiste, z motnjami v učenju.**

Prvega aprila je Britanska zdravniška zbornica skupaj z zdravniškim sindikatom javno kritizirala proglas in dejala nekako takole: **»V vojaških poljskih bolnišnicah ali v prenatrpanih bolnicah so ljudje nagnjeni k temu, da obravnavajo druge glede na potrebe in zmožnosti njihovega preživetja. Ta okvir se zdi na splošno moralno sprejemljiv, kljub temu pa bomo na poti do cilja kršili številne etične in srčne odločitve...«**

Ta članek je bil objavljen v omenjenem časopisu v rubriki **Briefing** v tiskani izdaji pod naslovom **"Triage in trial!"**

Če želite prejeti t(ak)e informacije se registrirajte na spodnji povezavi.

https://www.economist.com/briefing/2020/04/02/the-tough-ethical-decisions-doctors-face-with-covid-19?utm_campaign=the-economist-today&utm_medium=newsletter&utm_source=salesforce-marketing-cloud&utm_term=-2020-04-06&utm_content=article-link-5

Po *The Economist* prevedel
Tomaž Banovec, član Strokovnega sveta ZDUS, foto Freelimages

Čas izobraževanja, čas publicitete, čas informatike

V zadnjih dveh mesecih se nam je življenje obrnilo na glavo. Pa ne v dobesednem smislu. Gre za tisto, kar nas morda najbolj bremeni in ugotavljamo. Gre za upad družbenega utripa, družbenega življenja.

V teh časih pogrešamo predvsem družbo družinskih članov, s katerimi nismo v istem gospodinjstvu, pogrešamo družbo naših prijateljev, znancev in pa seveda svobodo gibanja. Slogan **#ostanidoma** se je pričel pojavljati na vseh socialnih omrežjih, ker želimo vse okrog sebe in pa seveda tudi sami sebe vedno znova opozarjati, da je pred nami nekaj, kar je lahko življenjsko nevarno. Zavedanje, da nam nekaj ogroža življenje, je sicer počasi, ampak zelo počasi, pričelo prihajati v našo zavest. Mislim, da smo bili vsi seznanjeni s tem, da je bila v Republiki Sloveniji 13. marca 2020 razglašena epidemija. S seboj je prinesla kopico ukrepov različnih institucij, zavodov in pa seveda uradne politike.



Tudi izobraževanje je lahko veselo in prijetno

spoznavanjem virusa, z branjem o virusu, s poslušanjem dognanj o virusu in kaj nam je storiti, da se ne okužimo z njim. Vse te stvari so nam dostopne preko audio in video naprav v stanovanju, preko tiskanih medijev in pa seveda preko posvetovanj z našimi zdravniki, prijatelji in znanci. Kako?

Poznam veliko upokojenk in upokojencev, ki znate telefonirati, ki znate brati kratka sporočila, precejšen odstotek vseh pa ne ve in se niti ne trudi odgovarjati na kratka sporočila, ker je to zamudno, ker so črke na ekranih premajhne in raje pokličemo, kot pišemo. A ni ta čas, še najbolj primeren, da ga posvetimo lastnemu izobraževanju?

Ostali smo doma! V svojih stanovanjskih hišah, stanovanjih, vikendih. Naenkrat smo imeli tako veliko časa, toliko nekih dnevnih navad je bilo ukinjenih, s tem mislim tiste, ki smo jih opravljali izven bivališča. Seveda govorim predvsem o upokojenkah in upokojenkih, ki nismo več vezani na delodajalca, na delovne obveznosti, ampak na reči, ki smo jih želeli sami opravljati. Naenkrat tako veliko časa. Kaj početi? Kako se zamotiti? Kako preživeti čas od jutra do večera v stanovanju? Presenečenje! Naenkrat ugotavljamo, da se je nekaj zelo drastično spremenilo. Nekdo nam je odvzel pravice, svobodo gibanja, neomejenost gibanja in nenazadnje možnost početi, kar bi si želeli sami. Pa z odvzemom pravic ne mislim uradno politiko, zdravstvene institucije in zavode, ampak nekaj, česar ne vidimo. Virus COVID-19, ki ga ne vidimo, nam je odvzel te pravice. Nekaj nevidnega očem ogroža naše življenje. Branimo se! Kako? S

Preko telefonov, v današnjem času mobilnih telefonov, ker so po znanih podatki stacionarni telefoni med tistimi hišnimi pripomočki, ki so zreli za odpis. Poznam veliko upokojenk in upokojencev, ki znate telefonirati, ki znate brati kratka sporočila, precejšen odstotek vseh pa ne ve in se niti ne trudi odgovarjati na kratka sporočila, ker je to zamudno, ker so črke na ekranih premajhne in raje pokličemo, kot pišemo. A ni ta čas, še najbolj primeren, da ga posvetimo lastnemu izobraževanju? Da ga posvetimo in odpravimo mogoče tiste pomanjkljivosti, ki so se nam v normalnem življenju kazale kot nepotrebne in smo jih rešili na kakšen drugačen način? Zdaj pa običajni načini niso dovoljeni (srečanje, sprehajanje, klepetanje ob kavici). **Ali imamo voljo biti samouki in se učiti tega, česar še ne vemo, čeprav smo že v poznih letih?** Kupili smo računalnik, telefon, barvni televizor, različno audiovideo opremo, v neki

naglici površno in hitro preberemo osnovna navodila in važno je, da naprava deluje! A ko naprava postane nekaj, kar nas v tej situaciji povezuje, pa pri vsakršni rabi naletimo na ovire, neznanje. Koliko funkcij ima naprava (katerakoli že), a sem našel vse možnosti za nemoteno delovanje in povezovanje? To so vprašanja, s katerimi se danes marsikdo ubada! Slišimo lahko, tudi beremo, da se danes po Sloveniji zbirajo tablice, računalniki, ekрани ipd. Seveda najprej za vse tiste družine s šoloobveznimi otroki, ki so na obveznem šolanju preko teh pripomočkov. Potem bomo verjetno prišli na vrsto tudi mi, upokojenki, ker si marsikdo med nami te naprave ne more privoščiti, a bi jo še kako potreboval. Preko nevladnih organizacij, preko humanitarnih organizacij in seveda preko naših bližnjih, ki niso ob nas, a bi želeli biti še »bliže nas« preko raznovrstnih aplikacij (Skype, WhatsApp, Viber, Facebook, Twitter, Zoom). Kljub temu, da je javno življenje na ulicah za nekaj časa zamrlo, da se je zaustavil javni promet, da je vozil mimo moje hiše na primer le še četrtnina »normalno« prometnih dni, pa se je v »virtualnem svetu« zgodila revolucija. Namreč, naenkrat na številnih spletnih straneh, po radiu in video oglasih najdemo in dostopamo do takih storitev, ki nas povezujejo. Programi, aplikacije, naprave, »online« storitve samo za nas! Za naše izobraževanje, za bogatenje našega poznavanja, za naš korak s tehniko in za naše preživljanje časa, v katerem smo se znašli. Nekateri smo bralci knjig in intenzivneje beremo, če seveda ni v hiši preveč živžava, ker smo vsi doma in se nimamo kam zateči v miren kot. Spletna knjižnica **BILBOS** je na razpolago za nas, ker so vse

knjižnice trenutno zaprte. V to aplikacijo za sposojanje knjig se lahko vpišemo le kot uradni člani knjižnic. Ni mogoč nov, zdajšnji vpis in izposoja! Nam je morda žal, da se nismo že prej vpisali v knjižnico, ker imamo na voljo 24 ur časa? Verjetno ja, ampak kdo je vedel, da bodo nastopili takšni časi. Časi, kot je bil včerajšnji, bo jutrišnji, do preklica! Razočarani? V preteklem desetletju smo v Zvezi društev upokojencev Slovenije veliko pozornosti namenili izobraževanju, publicite-

ti, informatiki. Seveda smo ta izobraževanja organizirali tako na nacionalni ravni (Ljubljana, Izola) kot tudi na lokalni ravni. Veliko naših e-izobraževalcev je delovalo po regijah, za kar smo se posebej izobraževali preko ponudnikov teh storitev. Veliko je naših izobraževalcev po lokalnih društvih, v katera smo včlanjeni. Veliko je brezplačnih programov po regijskih središčih, lokalnih skupnostih in občinskih središčih. Seveda se moramo vprašati, **ali smo se udeležili preda-**

vanj, smo imeli interes biti informirani, dodatno izobraženi, sprejemati nova znanja, ki jih prinaša tehnologija in čas.

Vedno so na razpolago aktivnosti, za katere mislimo, da jih ne bomo potrebovali! A v teh prepričanjih se pogosto tudi motimo. Vsem skupaj lep pozdrav z željami, **#ostanimo-doma, #ostanimozdravi, #ostanimopovezani.**

Milan Osterc, Predsednik Komisije za izobraževanje, publiciteto in informatiko

Tri stvari so postale v teh dneh jasne!

Zdravstveni sistem je tehnično in kadrovske podhranjen, saj že pri običajni gripi klecne, nekaj odstotkov več bolnikov s korono pa sesuje.

Kot rešitelji sistema so se v nekaterih glavih pojavili domovi za starejše. Naredimo kar tam bolnico in bomo rešili glavno problem! Nič hudega, če ni idealnih prostorskih niti tehničnih niti kadrovskih možnosti. Pripravili bomo algoritme, prioriteto listo "za odstrel". Točno takšna navodila smo domovi dobili. **In jih nekateri**

v isti sekundi zavrnil. Kdo pa nam daje pravico biti razsodnik?!

V teh časih je prepovedano umreti! Vsaka smrt, ki jo je koronavirus samo rahlo pošlatal, je na prvi strani vseh medijev. Nihče ni nesmrten, v domovih je ogromno stanovalcev z različnimi boleznimi in ta korona je lahko samo pika na i. Ampak ne! Direktorje domov je treba obesiti na pranger, zasliševati, kaj so delali in zakaj tega niso naredili. Osebe, ki že tri tedne hodi domov samo spat, je kar naenkrat nestrokovno, potreb-

no mu je dati svetovanje.

V teh dneh potrebujejo domovi samo mir, saj so dokazali, da so kos ne samo temu, kar se od njih pričakuje v normalnih razmerah, ampak še veliko več! Že tri tedne pred "strokovnjaki" smo vedeli, kaj je potrebno narediti in kaj nas čaka, če tega ne bomo naredili. Zastonj smo opozarjali tako vlado kot stroko. **Zdaj, ko je vrag "odnošalu", so seveda vsi pametni.**

Matjaž Čampa, DSO Viharnik Kranjska Gora



TERME DOBRNA Pomladni senior oddih

5-DNEVNI SENIOR ODDIH

Velja od 22. 3. 2020 do 29. 12. 2020
(bivanje s prevozom od nedelje do petka)

5 x polpenzion že od 218,00 €
na osebo, Hotel Park ****

5 x polpenzion že od 259,00 €
na osebo, Hotel Vita ****

IZREDNI TERMINI

5-DNEVNI SENIOR ODDIH

Velja od 2. 4. do 7. 4. 2020, od 10. 4. do 15. 4. 2020 in od 29. 4. do 4. 5. 2020.

5 x polpenzion že od 259,00 €
na osebo, Hotel Vita ****

Paketi vključujejo: posvet pri zdravniku, 1 x zdravstveno storitev, 1 x parafinsko oblogo rok, pijačo dobrodošlice, kopanje v bazenih s termalno vodo,...

Brez doplačila za enoposteljno sobo.

**BREZPLAČEN PREVOZ OD DOMA
DO TERM DOBRNA IN NAZAJ**

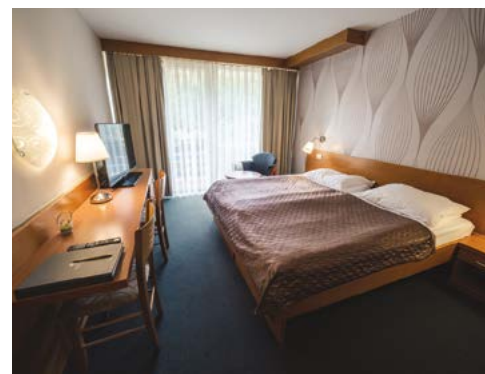


— OD LETA 1403 —

TERME DOBRNA
HOTELI, SPA & MEDICINSKI CENTER



080 22 10 info@terme-dobrna.si
www.terme-dobrna.si



Zveza društev upokojencev in prostovoljci programa Starejši za starejše aktivni kljub vladnim ukrepom

Z razglasitvijo epidemije Covid 19 in zapovedjo, da starejši kot ranljiva skupina ostanemo doma, smo se prostovoljci znašli v stiski. Zakaj? Naša povprečna starost je 70 let, mnogi pa jih imajo tudi 80 in več! ZDUS izvaja program, ki je poseben med socialno varstvenimi programi, saj temelji na poslanstvu medsebojne pomoči starejših prostovoljcev starejšim od 69 let, ki živijo doma. Poseben je v tem, da naši prostovoljci uporabnike poiščejo na njihovem domu s ciljem, ugotoviti kakovost njihovega življenja v domačem okolju in morebitne potrebe po pomoči.

Namen programa je, da bi starejši ob organizirani pomoči čim dlje lahko bivali doma. Odločitev o vključitvi v program je odvisna od vsakega posameznika, seveda, ob spoštovanju njegovega dostojanstva. Na ravni države program vključuje nekaj manj kot 193.000 starejših ali 65 % starejših od 69 let. Ob objavi pandemije nam je skrb za njihovo varnost narekovala, da moramo poskrbeti ne le za njihovo varnost, temveč tudi za njihovo oskrbo in potrebno pomoč. Zavedali smo se, da imamo prav mi potrebne podatke o njihovih potrebah in oblikah pomoči, saj nam preglednica programa na lokalni ravni nudi pregled, kdo živi sam, kdo je že potreboval pomoč in kakšno, in kdo jo bo v času omejitve gibanja še posebej potrebovali. Od 57.557 starejših vključenih v program v letu 2019, jih je 20.833 prejelo eno od 76.000 oblik pomoči ali vrste storitev, kar predstavlja 86%. Potrebe po pomoči pa gredo v številke s tremi ali štirimi ničlami. Od dostave humanitarnih paketov, dostave toplih obrokov, nakupa živil v trgovinah, hišnih opravil, prevozov k zdravniku ali v lekarno, **najštevilčnejša in najbolj pomembna pomoč pa je 32.100 družben in spremstev**, ki so jih opravili ali organizirali prostovoljci društev upokojencev, ki so vključeni v program. Ta poteka v 276 društvih upokojencev, vanj pa je vključeno 3.500 prostovoljcev! Prav zaradi poznavanja potreb starejših, smo se nemudoma organizirali in dogovorili, da društveni koordinatorji programa pripravijo podatke o

uporabnikih ki živijo sami, in so, oz. bodo potrebovali pomoč. **Povezali smo se s štabi Civilne zaščite v 136 občinah.** Dogovorili smo se, da dostavo humanitarnih paketov, (hrano in dostavo zdravil ter druge potrebne pomoči) prevzamejo njihovi mlajši prostovoljci, naši prostovoljci pa jih sproti obveščajo o tistih osebah, ki še potrebujejo pomoč. Za opravljeno pomoč in dragocene podatke smo prejeli številne zahvale štabov Civilne zaščite kot tudi županov, saj je nekaj naših koordinatorjev vključenih v občinske štabe CZ.



Še predobro pa smo se in se zavedamo, da oskrba s prehrano, zdravili in drugimi potrebami v takih časih ni dovolj. Svoje aktivnosti smo od fizičnih obiskov preusmerili v kontakte s starejšimi uporabniki po telefonu. Tako prostovoljci večkrat tedensko pokličejo naše uporabnike, ki so jih prej osebno obiskovali in z njimi stkali zaupanje, ne malo njih celo prijateljstva! Ti pogovori so namenjeni občutku povezanosti, premagovanju osamljenosti, tesnobe, pa tudi strahu, ki se vse bolj zažira v psiho posameznikov, starejših toliko bolj! Sproti spremljamo predloge in pobude, kako čim bolj učinkovito lajšati stiske zaprtosti med štiri stene. Številne koordinatorke in prostovoljci so začeli izdelovati zaščitne maske. Sprva za svojo rabo, kmalu pa tudi za uporabnike in krajane. Pri tem nam je vse prišlo prav! Tkanine so nam darovala različna podjetja, čistko pa smo naredili tudi v domačih omarah. Rjuhe, prti, kapne... vse nam je prišlo še kako prav! Veliko mask smo predali tudi predstavnikom Civilne zaščite, da jih izročijo starejšim, ko jih bodo obiskali na domu, za kar smo prav tako prejeli njihove zahvale.

Znova smo dokazali, da smo prostovoljci programa Starejši za starejše ljudje odprtih rok in srca, ko je potrebno narediti kaj dobrega za sočloveka. Že res, da naša pomoč ni tako medijsko odmevna, kot so akcije posameznih vplivnih Slovenskih menedžerjev, je pa srčna, pogojena z obilico samo odrekovanja in nesebičnosti. Prostovoljci Programa Starejši za starejše, ki že šestnajsto leto poteka pod okriljem ZDUS in za katerega smo pred tremi leti prejeli nagrado Evropskega parlamenta **Državljan Evrope** je neupravičeno prezrt v domači javnosti. Dobra dela pač niso medijsko zanimiva, mar ne?!

Glede stanja v DSO smo podprli tudi prizadevanja za spremembe, ki jih zahteva Skupnost socialnih zavodov. **Bolnik namreč sodi v bolnišnico, ne pa v dom.** Tudi naš poziv k kriznemu dodatku za tiste upokojence, ki so na socialnem robu, je bil uslišan. Ali jih bodo oprostili še plačila dodatnega zavarovanja pa v tem trenutku še ni jasno. Ob nedavnem obisku na sedežu ZDUS, je minister Gantar vsekakor obljubil pomoč(?)! Naši člani so aktivni in odgovorni državljani! Številne komisije in odbori, ki delujejo v ZDUS, naše člane spodbujajo k likovni, literarni, rokodelski ali športni aktivnosti, če naštejemo le najštevilnejše, kar nedvomno prispeva k boljši zdravstveno socialni sliki **starejše populacije in samopodobi naših članov.**

Danes je naša skrb usmerjena prvenstveno v zdravje naših uporabnikov, da ob spoštovanju vseh priporočil zdravi dočkamo konec epidemije.

Spoštovane prostovoljke in prostovoljci, društvene in Pokrajinske koordinatorice in koordinatorji, naj ponovim že velikokrat povedano resnico. Brez vas programa **Starejši za starejše ne bi bilo!** Tudi ne brez vodstva Zveze društev upokojencev Slovenije ob podpori predsednikov DU in pokrajinskih predsednikov. Zainteresiranih uporabnikov pa je veliko in po koncu ukrepov jih bo še veliko več, zato verjamem in upam, da bomo skupaj še naprej delali dobra dela.

Pazite nase in ostanite zdravi.

Rožca Šonc, vodja programa Starejši za starejše

Prostovoljci SzS v boju proti koronavirusu

V slogi je moč, pravi pregovor. Vsi prostovoljci programa Starejši za starejše po vseh pokrajinah so se v dneh, ko se Slovenija sooča z epidemijo, pridružili uradnim ekipam na terenu in delujejo naprej, le drugače in v drugačnih, spremenjenih razmerah in pogojih dela. Po navodilu in priporočilu vodje programa Rožce Šonc, so povsod pripravili izpise podatkov o starejših, ki živijo sami, in stopili v kontakt z Občinskimi štabi Civilne zaščite. Objavljamo pregled aktivnosti od Pirana do Lendave in od Rateč do Brežic.

J. Primorska

MO Koper se je prostovoljecem zahvalila, da so se odzvali vabilu in pripravljenosti po pomoči svojim someščankam in someščanom. Vzpostavili so mrežo prostovoljcev in pomoči potrebnih, prostovoljce pa vnesli v bazo MO Koper. Ko bodo za njih našli ustrezno zadolžitev, jim bodo posredovali nadaljnje informacije. Iz **Južno Pri-**

morske PZDU so kmalu začele prihajati informacije, da so začele prostovoljke s šivanjem mask. Te nastajajo v **DU Sobi-**
vanje v Kopru, poskrbeli pa so, da so material prejeli tudi v DU Štore.

Notranjske prostovoljke so sporočile, da **DU Martin Krpan Bloke** že od samega začetka epidemije aktivno sodeluje z lokalno skupnostjo. Koordinacijo med CZ, RK in prostovoljkami pa vodi Zora Obreza. Od 20. do 23. marca so na območju Blok razdelili 22 paketov pomoči (hrana), nekaj paketov pa imajo v rezervi. Pomoč so razdelili starejšim in pomoči potrebnim, ki živijo popolnoma sami in nimajo nikogar, ki bi jim v tem času priskočil na pomoč. Telefonsko zvezo pa vzdržujejo s tistimi, ki imajo svoj telefon. Društveni koordinatorji še posebej bdijo nad tistimi, ki živijo sami, in tistimi, ki so potrebni pomoči. Sicer pa je v tem času dobrodošla predvsem prijazna beseda in sprehod v naravi, da človek dobi občutek, da le ni sam.

S. Primorska PZDU

Od tam so sporočili, da je bil apel vodje programa Rožce Šonc poslan vsem društvenim koordinatorjem. Z nekaterimi varovanci prostovoljci tako kot pred epidemijo, tudi zdaj vzdržujejo redne telefonske zveze. Sporočili so še, da so za zdaj vsi zdravi in upajo, da bo tako tudi po koncu epidemije.

PZDU Posavje

Od tam so sporočili, da so vsi zdravi in delajo po najboljših močeh. Po telefonu kličejo starejše, jih nagovorijo in jim vlivajo upanje na boljši jutrišnji dan, seveda pa jih povprašajo tudi po njihovih potrebah. Na dan pokličejo pet do deset starejših in jim po potrebi dostavijo pakete Rdečega križa. Društveni koordinatorji in prostovoljci so se v teh razmerah povsem samoiniciativno odzvali na razmere in nemudoma pričeli s svojim poslanstvom. Seznanjali in obveščali so starejše, kam naj se obrnejo po pomoč, če bi jo morebiti potrebovali.



Družina Luc z Ostrožnega, oba člana DU Ostrožno, znova šivata v domači delavnici.



Gospod Luc kroji domače, pralne maske.

Ida Križanec je sporočila podatke o številu in starosti prostovoljcev na območju Posavja zaradi morebitnih potreb po informacijah glede tistih starejših, ki potrebujejo pomoč. Vedeti moramo, da smo starejši ranljiva skupina in se ne moremo vključiti v dnevne pomoči in oskrbo tistih, ki potrebujejo pomoč. Od nas prejmejo prijazne, in spodbudne besede. Po telefonu, se ve.

PZDU Zg. Podravje

DU Lovrenc na Pohorju v teh, izrednih razmerah, pomaga s tehnologijo. Širijo namreč znanje, ki so ga osvojili na izobraževanjih, ki jih je pripravilo njihovo društvo. Naučili so se uporabljati pametne telefone in pošiljati elektronsko pošto. Sprejeli so tudi prijazno pomoč mlajših prostovoljcev, ki zagotavljajo dobavo hrane, zdravil in drugo, povezali pa so se tudi z lokalno patronažno službo. Dodajajo, da se ekipa njihovih prostovoljcev odlično drži.

Celjska PZDU

Iz DU Štore je prišla pobuda, naj prostovoljke po društvih, ki imajo za to potrebno znanje, spretnosti in sredstva, šivajo maske za prostovoljke in koordinatorje. Sporočili so še, da so pri njih že kmalu začeli izdelovati maske, srečujejo pa se s problemom ustreznega materiala, saj izdelujejo troslojne, pralne maske. Soočajo se tudi s stroški nabave materiala. Pokrajinski koordinatorji, ki imajo kontaktne podatke

vseh pa so poskrbeli, da se je informacija razširila med društvi in si tako skušajo pomagati z medsebojnim obveščanjem.

DU Gorica pri Slivnici je z izdelavo mask začelo že zadnji teden marca in so do zdaj (zaključek redakcije 14. 4.) izdelali vsaj 150 mask, ki so jih razdelili med prostovoljce in ogrožene starejše. Zdaj se tudi sami srečujejo s pomanjkanjem materiala. Poročajo, da so se v skupnosti dobro organizirali, so v stalnih stikih s svojimi »varovanci« in za zdaj nihče ne trpi hujših posledic izolacije. Sporočili so še, da so aktivirali vse prostovoljke, da doma pregledajo in pripravijo material za nadaljnjo izdelavo mask. Navdušeni so bili nad predlogom podpredsednice, ga. Vere Pečnik, da lahko za izdelavo zaščitnih mask uporabijo tudi rjuhe.

V Mestni občini Ljubljana

organizirano pomoč ranljivim skupinam na domu nudi Rdeči križ Slovenije v sodelovanju s tristo prostovoljci - vozniki avtobusov za razvoz hrane, vsak dan med 08.00 in 16.00 uro. Vsi prostovoljci se med seboj obveščajo po telefonih, saj vsi nimajo internetnih povezav za spremljanje obvestil po spletu, kar je za starejšo populacijo problem. **Stanje po posameznih DU pa je sledeče:**

DU Komandant Stane – po telefonu so obvestili vse prostovoljke, ki so opravile pogovore z osebami, ki jih obiskujejo. Ana

je že napisala poročilo o opravljenem delu, ga poslala na ZDUS in strokovni vodji.

DU Trnovo dela na zbiranju dodatnih podatkov o številu pomoči potrebnih. Večina je že oskrbljena, eno osebo bo še naprej dnevno oskrboval prostovoljec zdravstvene stroke.

DU Boris Kidrič (tudi nekdanji B. Zihel in Savsko naselje, ki se je pridružilo B. Kidriču) je za vse, razen za eno osebo pravočasno poskrbelo. Preverjajo kako in kaj, ker se ne odziva na klice.

DU Tabor - Stari Vodmat je poskrbelo za vse, tudi s pomočjo njihovih svojcev. Koordinatorica bo enkrat tedensko dostavila eni osebi kuhano hrano, skladno z dogovorom in ob upoštevanju vseh varnostnih ukrepov, saj je zdravstvena delavka.

Vsi prostovoljci so (in bodo) v gosti naseljenih področjih pozorni še na osebe, ki niso v programu in bodo potrebovale morebitno pomoč.

Grosuplje: Poskrbeli so za vse, tudi za tiste, ki so dobivali obroke iz lokalov. Poiskali so svojce in obvestili Krajevni Odbor Rdečega križa.

Domžale: Že na začetku epidemije so prostovoljke seznanile Rdeči križ in Patronažno službo katere osebe so potrebne pomoči, so pa ves čas v kontaktu glede oseb, ki jih obiskujejo.

Notranje gorice: Poskrbeli so za vse! Dobro sodelujejo z Rdečim križem že od konca februarja.

Medvode - Pirniče: So v stiku s štabom Civilne zaščite, ki ga sproti obveščajo o potrebah, predale pa so jim tudi seznam vseh pomoči potrebnih oseb.

Stična: Je izstopila iz programa Starejši za starejše. Kljub temu je Amalija Šiftar povprašala nekdanjo koordinatorico, če so se morebiti odzvali na objavo ZDUS v časopisu Delo in na obvestilo poslano predsednikom DU. Odgovorila je, da z ničemer ni seznanjena.

Vse koordinatorice in prostovoljci so zdravi, in to je najbolj pomembno! Koordinatorice vodijo enkrat do dvakrat tedensko pogovore s prostovoljkami, te pa se potem pogovarjajo s starejšimi po telefonu. Vsi, ki jih kličejo so zdravi, nekatere prostovoljke pa celo pomagajo starejšim še pri dostavi živeža iz trgovin. So pa tudi neljubi pripetljivci. Zlasti v odnosih med starši in otroki. Ampak, o tem po koncu epidemije.

Gorenjska PZDU

DU Železniki, Starejši za starejše, sledi navodilom, ki jih dajejo ustrezne službe. Ko je bila razglašena epidemija, (ostani doma) so začeli s spremljanjem pomoči

potrebnih preko telefona in na koga naj se obrnejo. (Civilna zaščita, Karitas, Rdeči križ, Občina) Po vaseh hrano dostavljajo svojci - razen tistih, ki to lahko storijo sami. Starejši krajanji se zavedajo, da se morajo držati navodil, ki jih dajejo ustrezne institucije.

Prostovoljke v Kranju so v glavnem doma, ena od njih šiva zaščitne maske, med seboj pa se obveščajo po telefonu. Sonja Gregorič pravi, da za mnoge starejše hodi po nakupih, je pa veliko takih, ki imajo mlajše svojce, ki jim priskrbijo živila. Upa, da te razmere ne bodo trajale predolgo in da se bo epidemija počasi umirila.

V DU Begunje so z najbolj ogroženimi starostniki ves čas v neposrednem stiku. Na vasi ljudje zelo težko pokličejo predstavnika Civilne zaščite zato se raje obrnejo na svojce. Prosi jih, naj denar vstavijo v PVC vrečko in, če morejo, naj pri tem uporabljajo rokavice. Prav tako ravnajo z zdravstveno izkaznico pri prevzemu zdravil v lekarni. Pogovarjajo se tudi, kako naj ravnajo z rečmi, ki jim jih dostavijo. Če je mogoče, naj izdelek sperejo s toplo tekočo vodo in pazijo na osebno higieno.

Du Trzič je lansko leto ustanovilo Sosvet za starejše, ki ga vodi podžupan Jure Ferjan. Z njim so povezani pri reševanju težav starejših. Podžupan je seznanjen s podatki, koliko starejših potrebuje pomoč vsak dan, ne le v krizi, ki jo si vsi občutimo. Že vrsto let skrbijo, da dobijo pomoč najbolj potrebni tako v hrani, kot vzdrževanju socialnih stikov. Že nekaj let sodelujejo pri pripravi javnih dražb, ki jih organizira Lions klub v Muzeju Trzič. Vsa pridobljena sredstva pa so namenjena za pomoč starejšim.

V DU Lesce prostovoljke ne obiskujejo starejših, lahko bi jih klicale po telefonu, a je težava, ker ga večina njih nima. Skušali bodo apelirati na svojce, zlasti tiste, ki so večinoma sami, da jim priskočijo na pomoč.

Tudi v DU Šenčur so se takoj odzvali in nudijo pomoč pri osamljenih in tistih, ki potrebujejo pomoč. Prostovoljke večkrat dnevno preverjajo stanje pomoči potrebnih, začeli pa so tudi z izdelovanjem (šivanjem) zaščitnih mask. Ustrezen material jim je priskrbela občina.

V DU Žiri prostovoljke vzdržujejo stike po telefonu in gredo za svoje oskrbovance tudi v trgovino, če sorodniki ne morejo. Za zdaj taka pomoč poteka nemoteno, so pa tudi v dnevnem kontaktu s Civilno zaščito in Rdečim križem. Starejši, ki so pred epidemijo dobivali obroke iz šolske kuhinje

pa te zdaj dobivajo iz lokalne gostilne. Če svoje nimajo, jim obroke dostavljajo mladi prostovoljci.

V DU Kamnik ima vse aktivnosti ves čas pod nadzorom Civilna zaščita. Že 13. marca so na Občino dostavili spisek tistih občanov, ki živijo sami in so bolni. Prostovoljke pa so v telefonskem kontaktu s tistimi, ki potrebujejo pomoč. Tisti, ki živijo sami, so se dobro organizirali in imajo sosede ali prijatelje, ki jim priskočijo na pomoč. Vsak dan do 14. ure pa javljajo štabu CZ, če morda kdo potrebuje nujno pomoč.

V DU Jesenice so v rednem kontaktu s štabom CZ, prostovoljke pa v sodelovanju s CZ in OORKS Jesenice in po potrebi CSD Jesenice ter tudi krajevnimi skupnostmi, mimo znanih, iščejo še druge pomoči potrebne starejše osebe za dostavo hrane in zdravil. Ocenjujejo, da vse aktivnosti potekajo dobro. Zanimivo je tudi, da so svojci starejših vendarle spoznali, da njihovi starši potrebujejo pomoč in zanje tudi skrbijo, kar do sedaj ni bilo vedno tako.

V DU Naklo so organizirano pristopili k šivanju zaščitnih mask. Teh ne šivajo le

prostovoljke, ampak so se jim pridružile tudi druge krajanke.

V DU Bled imajo redne stike s krajevnimi organizacijami RK, Karitasom, CZ in Občino. Ponudili so jim sodelovanje, ker so vse prostovoljke v rizični skupini pa jih bodo poklicali le v najnujnejših primerih. Svoje delo opravljajo po telefonu in so v nenehnem stiku z varovanci, ki potrebujejo prijazno besedo in umirjen pogovor.

V DU Škofja Loka od izbruha epidemije ne izvajajo obiskov na domu in so te dejavnosti prepustili ustreznim službam. Prostovoljci so bili še posebej opozorjeni, da je potrebno pomagati starejšim, ki ne morejo poskrbeti zase pri nabavi živil, osnovnih higienskih sredstev in zdravil. Vse nabave predajo brez osebnega kontakta in ob upoštevanju higienskih standardov. Tudi pri njih so prejeli doniran material Škofjeloške Odeje za izdelavo mask, ki jih izdeluje deset prostovoljk.

V DU Podnart - Kropa je dvanajst prostovoljk, ki se dnevno prilagajajo razmeram, vse pa osebno poznajo tiste, ki potrebujejo pomoč. Vse, ki so starejše od 90 let redno spremljajo in so v kontaktu s svojci, ki zelo lepo skrbijo za svoje starejše





Maske izpod spretnih rok so odlične.

sorodnike. Dostava hrane na dom poteka brez težav, reden stik z osamljenimi starejšimi pa poteka po telefonu. Tak stik je zanje neprecenljivega pomena.

V DU Gorje so se zaradi majhnosti hitro povezali z Občino in jim priskočili na pomoč s podatki o starejših občanih. Prostovoljke pa so se povezale z RK in pomagajo pri razdeljevanju paketov. Obiske po domovih so prekinili, zato jih prostovoljke večkrat pokličejo po telefonu in v kolikor je potrebno, opravijo nakup v trgovini, pošti ali lekarni. Prostovoljke vsak dan v dogovoru s CZ vršijo dežurstva pred trgovinami. V društvu so prostovoljke zelo aktivne in nudijo pomoč povsod, kjer je ta potrebna.

V DU Kamna Gorica - Lancovo imajo tako kot drugod precej dela. V Kamni Gorici obiskujejo vse ki so starejši od 80 let, vsak dan pa še po telefonu pokličejo koga, da se pogovorijo. Zadnje dni pa jih osveščajo o nošenju mask, če se odpravijo v trgovino, o temeljitem umivanju rok in nošenju rokavic. Trenutno pa ni potrebna pomoči pri dostavi hrane.

V DU Žirovnica so se prostovoljci zgl-

sili pri županu, ki se jim je zahvalil za opravljeno delo pri skrbi za starejše. Občina skupaj z CZ in RK Jesenice prosi za seznam oseb, ki bi potrebovale dodatno prehransko pomoč. Prostovoljci so ves čas v medsebojni telefonski zvezi in sporočajo na občino kaj se na terenu dogaja. Trenutno so vse prostovoljke zdrave in aktivne.

V DU Cerklje pravijo, da je Občine Cerklje vsem gospodinjstvom dostavila navodila kako ravnati v času epidemije. Predsednica društva, ki je hkrati tudi prostovoljka, je poslala članom tudi e-pošto s kratkimi društvenimi navodili, Občino pa obvestila, da v kolikor potrebujejo pomoč, naj kontaktirajo društvo.

Pomurska PZDU

Pokrajinska predsednica Vijola Bertalančič pravi, da je v času epidemije največja težava osamljenost. Tudi nekatere prostovoljke so v podobnem položaju, saj so ovdovele, ali pa živijo same. Oglašajo se tudi društva, ki niso vključena v program SzS in tako prihaja do težav, še posebej zdaj, ko

je gibanje omejeno znotraj občine bivanja. V Pomurju so male občine in vsaka nima pošte, ne bankomata, ne trgovine. Zdaj vidimo, pravi, kaj pomeni centralizacija in to, da smo postavljali le velike trgovske centre, pri drugih rečeh pa varčevali ne glede na ljudi. (pošte, poslovalnice bank, itd.) Veliko je še težav, ki so vzniknile na površje v času epidemije, o katerih bomo morali v državi vsi skupaj spregovoriti na glas in postaviti v ospredje človeka, ne pa le dobiček in kapital.

PZDU Zasavje

Pokrajinska koordinatorka programa je sporočila, da so tudi številna tamkajšnja društva zelo aktivna. Tesno sodelujejo s Civilno zaščito in Rdečim križem, koordinatorice pa kličejo društvene poverjenice po telefonu in jih spodbujajo v teh težkih časih. Na enak način so prostovoljci dnevno povezani s tistimi, ki težko prenašajo osamljenost. Koordinatorice so organiziranim prostovoljcem Rdečega križa sporočile imena in naslove tistih, ki nimajo svojcev in pomoč potrebujejo pri nabavi živil in zdravil. Seveda pa so tudi v Zagorju in drugih krajih začeli sami izdelovati zaščitne maske.

Šaleška PZDU Velenje

DU Velenje sporoča, da so prostovoljci še vedno aktivni, vendar v omejenem obsegu. Vse prostovoljce so obvestili naj bodo, kolikor je seveda to mogoče ob upoštevanju skrbi za svoje zdravje, še vedno v kontaktih s starostniki, jim krajšajo čas, organizirajo kakšno pomoč in podobno. Vsem pomoči potrebnim pošiljajo uporabne informacije, kam naj se obrnejo za določeno pomoč. Še vedno so vsi aktivni pri razdeljevanju hrane, ki jo sedaj še v večjem obsegu kot prej, dostavljajo tudi na dom, in to tistim, ki so gibalno ovirani.

Vodstvo ZDUS in vodstvo programa

Starejši za starejše je s svojimi povezovalnimi in spodbudnimi sporočili dnevno spodbujalo in motiviralo zlasti društvene koordinatorje programa, naj bodo čim več v stiku tako s prostovoljci, kot tudi z uporabniki, vključenimi v program. Zlasti je pomembno, da vsi med seboj ohranjajo povezanost, saj je čas karantene še posebej težaven, osamljenost med starejšimi pa še bolj izrazita. Ves čas je prisotna tudi skrb za varnost in zdravje vseh, ki delujejo v okviru programa, zato je v zvezi z izdelovanjem mask vodstvo povabilo k sodelovanju tudi sekcije rokodelcev.

Pokrajinski dopisniki in koordinatorji Programa SzS

Delfinke in Delfinci izdelujejo obrazne maske

Na koristno in dobrodošlo pobudo predsednika KTK ZDUS Branka Suhadolnika smo se tudi v PZDU Posavje odzvali vabilu z geslom: »Delfinke in Delfinci gremo v akcijo, da premagamo Covid-19«. Začeli smo z akcijo izdelave zaščitnih mask, v upanju, da bomo pomagali tistim, ki maske ne znajo izdelati sami, ali nimajo možnosti, da bi si jo kupili.

Tudi na povabilo PZDU Posavje se je že večina Društev upokojencev vključila v akcijo in pridno izdelujemo maske. Za izdelavo uporabljamo po večini bombažno tkanino, ki je pralna, maske se na ta način razkužijo in zato jih lahko večkrat uporabimo. Kroje smo pridobili na internetu in v kratkem času je bilo narejenih veliko število mask. Vse maske oddamo oprane, zlikane in shranjene v vrečkah. Ugotovili smo, da je velik problem nabava tkanine in ostalega materiala za izdelavo teh zaščitnih sredstev, ker so trgovine zaprte in je posledično težko kaj kupiti. Pomagamo si s spletnimi trgovinami, kar pa ni poceni. Na področju nabave blaga si Pokrajinska zveza upokojencev Posavje zelo prizadeva pridobiti omenjeno. Že kupljeno blago pa podarimo Društvom upokojencev. Izdelo-



Prostovoljci pred deljenjem zaščitnih mask.

valke šivajo maske iz svojega, shranjenega blaga, ali pa tistega, ki so ga poklonili občani. Žene, članice Društev upokojencev, s tako velikim veseljem in entuziazmom šivamo, da je kar neverjetno, kako znamo v teh težkih trenutkih stopiti skupaj. Maske brezplačno delimo na vidnih mestih v kraju. Ljudje so neizmerno hvaležni in

hkrati presenečeni, da jih dobijo brezplačno iz rok upokojencev?!

Njihova neizmerna hvaležnost, to je sreča, ki tudi nas, kljub stiski in strahu, v katerem sedaj vsi živimo, navdihuje in spodbuja k temu plemenitemu delu. **Ostanimo doma in pazimo nase in na druge.**

Manja Seher, foto DU Brestanica

Na Senovem članice DU tudi šivajo maske

Tudi me, na Senovem, delamo ko sam hudir. Naša dekleta iz sekcije Vezilje so včeraj (5. aprila) odnesle okrog 50 mask k Manji v Brestanico in potem je nekdo, skupaj z njihovimi maskami, vse odpeljal v DSO Krško, od koder so včeraj dobili klic na pomoč, saj jim je mask zmanjkalo.

Zbrale smo okrog 19 kg rjuh, pregrinjal in drugega bombažnega materiala. Vse to sem odnesla pridnim rokam v šivanje. Dnevno vodim pregled darovalcev materiala in šivilj, ki izdelujejo zaščitna sredstva. Na Senovem imamo štiri prostovoljke, ki bodo oprale in zlikale sešite maske. Sodelujemo pa tudi s Krajevno organizacijo Rdečega križa (Mojca Četrlič). Trenutno



Pisane maske dokazujejo, da smo zanje uporabili različne vrste materialov.jpg

imamo na Senovem že sedem aktiviranih šivilj, naših zlatih prostovoljk. Potrebovali bi jih seveda še nekaj, ker je tukaj še Koprivnica in bi bilo lepo, da jim naredimo nekaj zaščitnih mask, ali pa od tam privabimo k šivanju kako od članic, ki bi bila pripravljena zavrteti šivalni stroj (če ga še ima).

Danes smo po zvezah uspeli dobiti nekaj belega sukanca in keper traka. V ponedeljek (6. 4.) pa dobimo še ozko elastiko in morda še kaj, kar nam bo olajšalo izdelavo. Lep pozdrav in hvala v imenu vseh, ki nam ni vseeno za svoje bližnje, kakor tudi za neznane. Vsi smo na isti "ladji", pa če to priznamo ali ne.

#ostanidoma, #varujsebeindruge, #zmagalibomoslejkoprej, #bomo!!!#

Donacija blaga za izdelavo zaščitnih mask

Strokovna služba programa SzS je še pred sprejetimi ukrepi v mesecu marcu poslala nekaterim podjetjem, ki prodajo, ali izdelujejo bombažne izdelke,

prošnjo za donacijo blaga za izdelavo zaščitnih mask. Želja po izdelavi zaščitnih mask je prišla iz vrst prostovoljcev programa **Starejši za starejše**, saj je kar nekaj prostovoljk in prostovoljcev izrazilo željo, da bi izdelovali zaščitne maske za lastno uporabo in za svoje uporabnike. Željo in pripravljenost prostovoljk in prostovoljcev, da se lotijo novih izzivov, je z donacijo v najkrajšem času podprlo podjetje **Odeja iz Škofje Loke**, kjer so nam priskočili na pomoč ter nam podarili blago za izdelavo približno 200 zaščitnih mask. Magda Slapar iz DU Naklo in Nežka Fojkar iz DU Škofja Loka pa sta nato prevzeli blago v tovarni Odeja v Škofji Loki. Poleg teh dveh društev je del donacije prevzelo DU Tržič. Ob tej priložnosti se zahvaljujemo podjetju Odeja Škofja Loka za podarjeno tkanino ter prostovoljkam programa SzS iz DU Naklo, DU Škofja Loka in DU Tržič.



Prostovoljki ob prevzemu materiala

Urška Borak, Foto Magda Slapar

Šivajo in brezplačno delijo maske

Članice Društva upokojencev Brestanica v teh dneh, ko vladajo ne le pri nas, pač pa tudi drugod po svetu izredne razmere, šivajo zaščitne maske za starejše krajanke, ki si jih sami ne morejo narediti, kupiti pa tudi ne.

Zaščitne maske so članice delile pred vhodom v trgovino Mercator, trgovino Tuš in pred vhodom v poslovalnico pošte. Maske so delile brezplačno, nekatere so za enkratno uporabo, nekatere pa tudi pralne. Narejene so z ljubeznijo, v pomoč tistim, ki jih potrebujejo. Tisti posamezniki, ki so naleteli na naše prostovoljke, so bili nad zaščitnimi maskami zadovoljni, saj je znano, da se jih dobi zelo težko, pa tudi v tistih trgovinah, kjer so jih prejeli za maloprodajo, so jih dobili le peščico in so hitro pošle. Članice DU Brestanica so sklenile, da bodo v prihodnjih dneh z akcijo nadaljevale, saj se zavedajo, da je zaščita, predvsem dihalnih poti, v obdobju epidemije ključnega pomena za preprečevanje in zaježitev nadaljnjih okužb in prenosa virusa.



Šivajo in brezplačno delijo zaščitne maske v Brestanici

»Krajanke in krajan KS Brestanica, sedaj lahko vstopamo v trgovine, pošto in na bencinski servis z zaščitnimi maskami. Zelo sem ponosen na članice DU Bre-

stanica in na njihovo akcijo v času korona virusa«, je povedal predsednik Sveta KS Brestanica, **Vlado Bežjak**.

Besedilo in foto, B. C.

Prostovoljke in zaupnice DU Žirovnica obiskale župana

Župan občine Žirovnica Leopold Pogačar je marca sprejel prostovoljke in zaupnice Društva upokojencev Žirovnica, skupaj s predsednikom društva Zdravkom Malnarjem. Kot je zapisano na občinski spletni strani, se jim je v imenu Občine zahvalil za njihovo delo v programu Starejši za starejše ter za skrb za starejše občane nasploh.

V okviru sprejema in pogovora so prostovoljke in zaupnice dobile tudi informacije v zvezi z ukrepi za preprečitev širitve okužbe s koronavirusom, aktivnostmi na področju gradnje doma za starejše v Žirovnici in o projektu **Prostofer**, ki bo

v kratkem zaživel. V slednjega se bodo kot šoferji vključili tudi nekateri člani DU, ki so se že prijavi na razpis, zdaj pa jih čaka usposabljanje. Predstavnice DU so župana seznanile s težavami, s katerimi se srečujejo predvsem na področju pridobivanja osebnih podatkov, ki jih potrebujejo za izvedbo projekta Starejši za starejše ter o zadevah, povezanih z njihovim prostovoljnimi delom. Župan jim je zagotovil, da bodo problematiko obravnavali na eni od koordinacij županov. Vsi prisotni so izrazili veliko potrebo in pripravljenost po nadaljnjem sodelovanju. Ob tej priložnosti se jim je župan zahvalil tudi s skromno pozornostjo in gorenjskim na-

geljnom. DU Žirovnica se je vključilo tudi v občinsko akcijo za preskrbo občanov z zaščitnimi pralnimi maskami. Njihove prostovoljke programa Starejši za starejše in zaupnice so maske raznosile po hišah predvsem starejšim in drugim ranljivim skupinam občanov. Da ne bi prišlo do kakršnega koli stika med njimi, so jih pustile na okenskih policah ali v poštnih nabiralnikih.

Društvo tako v trenutni krizni situaciji kot tudi sicer zgledno sodeluje z matično Občino, svoje člane pa, kolikor je le mogoče, obvešča tudi o vseh ukrepih in sporočilih ZDUS-a.

Slavica Bučan, foto Tamara Lazar



Prostovoljci Savinjske doline iščejo nova pota pomoči

Začenja se peti teden naše osamitve. Kljub temu, da upoštevamo pravila in se fizično ne družimo med seboj, prostovoljci niti slučajno ne počivamo! Res je, da ne opravljamo obiskov na domovih, smo pa z mnogimi našimi uporabniki dnevno v povezavi preko telefonov.

V Savinjski dolini (predvsem naš, zgornji del doline) smo pred okužbami še varni, saj imamo v naši pokrajini zgolj tri občine, ki so zabeležile okužene, štiri občine pa smo na veliko srečo še brez. Koordinatorke po

društvih so, odvisno od občine, obvestile starejše o možnih oblikah pomoči. V naši občini - Gornji Grad - zelo dobro sodelujemo z občinsko upravo, predvsem pa z Rdečim križem. Že prvi dan karantene sem na njihovo željo na občino posredovala seznam starejših, ki živijo sami. Po posredovanju prostovoljk, ki dobro poznajo razmere na terenu, smo seznam dopolnili še z ostarelimi pari. Občina je organizirala prehrano v eni izmed gostiln, ki kuha samo za naročene obroke, Rdeči križ pa naj bi poskrbel za dostavo priprav-

ljenih obrokov. Dve naši prostovoljki sta se prijavi in preko Rdečega križa dostavljata te obroke. Ker nimamo vseh stikov s starejšimi preko telefona, interneta pa žal vsi ne uporabljajo, smo danes na plakate, ki bodo pred trgovino, pošto, lekarno in zdravstvenim domom, o možnosti dostave hrane obveščali vse zainteresirane. Naš program pa je prisoten tudi v lokalnem mediju, ki pozorno spremlja naše aktivnosti in z njimi seznanja bralce Savinjske doline in drugod.

Karlina Mermal

AGE o koronavirusu Covid-19

Tudi AGE platforma poziva k spoštovanju navodil stroke in odločevalcev za zajezitev okužb s koronavirusom, zato organizira zbiranje s posredovanjem dobrih praks. Na spletni strani so zbrali informacije in priporočila na ravni WHO in EU o COVID-19, pa tudi primere pobud za krepitev solidarnosti z najbolj ranljivimi skupinami in za boj proti osamljenosti.

Poudarjajo, da je potrebno omejiti oziroma opustiti druženje in potovanja ter vse okoliščine, ki omogočajo prenos okužbe. Tudi v AGE poudarjajo nujnost, da vsi upoštevamo navodila zdravstvene stroke in sproti spremljamo usmeritve za naša ravnanja. Posebej poudarjajo skupen, ključni cilj, to je preprečiti, da bi hkrati imeli preveč zelo hudih primerov obolenj s tem virusom, ker bi tako stanje zdravstvene ustanove prisililo, da razvrstijo ljudi na podlagi njihove potrebe po takojšnji obravnavi v okviru razpoložljivih zmogljivosti. Pravijo, da se triaža opravlja običajno ob velikih nesrečah, v vojni in naravnih katastrofah, ko morajo biti omejeni zdravstveni resursi razporejeni tako, da zagotovijo maksimum preživelih. **Ne smemo dovoliti, da primer koronavirusa pride v tak sklop.** Institucije EU ukrepajo, da bi nacionalnim organom pomagale povečati svojo sedanjo zmogljivost za spopadanje s pričakovanim velikim povečanjem števila bolnikov. EU pomaga pri izmenjavi medicinskih informacij v realnem času med državami. Poleg tega bodo vse evropske države podprle svoje zdravstvene sisteme, kar je del evropskega načrta, ki ga je Evropska komisija objavila lani 13. marca. To vključuje dobavo gradiva, podporo bolnišnicam in financiranje raziskav za čimprejšnji razvoj cepiva. Predsednik Evropskega parlamenta je poudaril, da je **"prva prioriteta reševanje človeških življenj"**.

AGE pa opozarja na nujnost sosedске solidarnosti in ugotavlja, da je pri starejših ljudeh uničujoča tudi osamljenost.

»To je čas, ko si moramo pomagati v družinah, soseskah in skupnostih. Obnoviti moramo solidarnost in socialno tkivo, ki sta tako pomembna, ko se zgodi kriza takih razsežnosti. Ker moramo spoštovati socialno distanco, bodimo kreativni in poiščemo druge



načine za povezovanje z drugimi prek telefona, običajne pošte, interneta in socialnih medijev. Obstaja toliko preprostih načinov, da na daljavo ostanemo povezani z našimi dragimi, vključno s starši ali starimi starši. Vse, kar potrebujemo, je motivacija, da jim name-nimo delček svojega prostega časa. Kjer je volja, je tudi pot.« pravi Generalna sekretarka AGE **Anne - Sophie Parent**.

Ukrepi za boj proti izolaciji in osamljenosti ne smejo biti namenjeni le starejšim osebam, ampak vsem skupinam prebivalstva. AGE poziva nevladne organizacije, ki zastopajo druge družbene skupine, naj ukrepajo in uvedejo pristope, ki bodo ljudem pomagali ostati povezani z virtualnimi komunikacijskimi sredstvi. Ker se pouk v šolah zapira, naj bi otroci obiskovali spletne tečaje, vendar nimajo vsi dostopa do računalnika. Pomoč bo potrebna za podporo tistim, ki doma nimajo takih orodij. Zagotavljanje uporabnikom prijaznih, cenovno dostopnih tabličnih računalnikov, bi bil lahko način, kako jih seznaniti z novimi komunikacijskimi tehnologijami. Potem bi lahko sprožili nove pobude za nekdanje vzorce, kako med seboj povezati otroke, ki potrebujejo podporo, in starejše osebe, ki jim želijo pomagati pri domačih nalogah, ali jim brati zgodbe. Vredno je poskusiti, če je pouk za to šolsko leto, kot ga poznamo, zares končan. Takšna pobuda bi razveselila otroke in starejše prostovoljce ter jim dala občutek, da so drug drugemu koristni. AGE spodbuja dobre prakse ravnanja v teh razmerah in jih bo objavil preko svojih komunikacijskih kanalov.

Po objavi AGE povzela, Jožica Puhar

Mednarodne nevladne organizacije ob sedanji epidemiji

Mednarodne nevladne organizacije v sedanjih kriznih razmerah preklicujejo, prestavljajo, ali časovno odmikajo že planirana srečanja svojih organov in drugih dogodkov. V primerih, kjer je to nemogoče, organizirajo tudi elektronsko izvedbo sestankov, posvetovanj in konferenc.

Sekretariat ZN, Oddelek za ekonomske in socialne zadeve je sporočil, da so v ZN odpovedali vsa zasedanja z mednarodno udeležbo. Sej organov, ki bodo nujne, pa se bodo lahko udeležile le vladne delegacije, ki imajo sedež v New Yorku. V smislu te spremembe dela je bilo odpovedano tudi zasedanje **Odpрте delovne skupine za staranje ZN (OEWSA)**, planirane med 6. in 9. aprilom. Tudi akreditacij nevladnih organizacij zaradi te odpovedi niso izvedli.

Organizator letošnjega **spomladanskega srečanja EURAG Generalnega sveta** in spremne **mednarodne strokovne konfe-**

rence, predsednik švicarskega Sveta starejših, je zaradi vladnih omejitvenih ukrepov že v začetku marca odpovedal možnost izvedbe sestanka v njihovi državi. Ker se je okužba v svetu stopnjevala, je EURAG srečanje v tem terminu odpovedal. V programu je ostal jesenski termin in sicer v drugi polovici novembra, ki ga bo v primeru ustreznih zdravstvenih razmer gostil Izrael.

Sestanek **AGE Upravnega sveta** (v nadaljevanju AGE Svet) bo izveden virtualno 21. aprila 2020, jesenski sestanek pa 22. in 23. septembra v Bruslju.

AGE Generalna skupščina in razprava z BAGSO, največjo nemško nevladno organizacijo, bo 4., 5., in 6. novembra. BAGSO je, skupaj z nemškim Ministrstvom za delo in socialne zadeve, gostitelj tega srečanja, ki poteka v času nemškega predsedovanja Svetu EU in bo predvidoma v Berlinu. Dogodek je za nas pomem-

ben glede na planirano zasedanje AGE Sveta v Sloveniji, v času našega predsedovanja Svetu EU v drugi polovici 2021. Državi bosta tudi preko MZZ sodelovali v pripravah na ta dogodek. ZDUS je že lani predlagal, da se zasedanje AGE Sveta, kot ga v sekretariatu AGE kratko imenujejo, vključi v državni program dogodkov v RS.

Usposabljanje **AGE članic v sodelovanju s Svetom Evrope** bo 3. in 4. novembra. Sovpada z AGE Generalno skupščino in bo prav tako v Berlinu – če se bodo razmere v svetu stabilizirale do te

mere, da bodo taki dogodki možni. Odpovedani so bili vsi sestanki delovnih skupin, nujni sestanki organov pa potekajo, kot sem že zapisala, virtualno. Obe organizaciji sta objavili tudi svoji izjavi, ki se nanašata na krizo glede koronavirusa. Obe organizaciji oz. zvezi organizacij starejših oseb sta organizirali še akcijo zbiranja in objavljanja dobrih praks in zanimivih pobud v času spremenjenega ravnanja prebivalstva in nas pozivata k sodelovanju – pošiljanju zanimivosti, ki bodo objavljene na njihovih spletnih straneh.

Jožica Puhar, podpredsednica

Starejše Evropejke zahtevajo enakost med generacijami

Mednarodni dan žensk v letošnjem letu obeležuje 25-letnico sprejetja Pekinške deklaracije o pravicah žensk in platforme delovanja pod geslom "Sem za enakost generacij". Kljub temu, da je temeljno načelo Evropske unije enakost moških in žensk, to v Evropi še ni realnost. Neenakosti se kopičijo s starostjo žena.

Starejše ženske so postavile temelje in so del „generacijske enakosti“, zato zdaj zahtevajo enakost za vse generacije žensk.

Čeprav se ženske že 25 let borijo za enake pravice, obstajajo razlike v obravnavanju. Te se kažejo na trgu dela, v neuravnoteženem deležu gospodinjstkih in negovalnih nalog, z nasiljem nad ženskami in dekleti in drugimi oblikami. Prisotni so predsodki, negativni stereotipi in veliko pomanjkanje znanja o razlikah med spoloma in seveda o tem, kako politike vplivajo na vsakdanje življenje žensk drugače, pogosto z negativnimi učinki v starosti, na njihovo zdravje, socialno in delovno življenje, dohodek. Vse to je žalosten dokaz, da enakost med spoloma ostaja izziv današnjih generacij. Napredek k večji enakosti spolov, ki je bil dosežen v zadnjih desetletjih, je danes ogrožen v mnogih delih sveta in tudi v Evropi.

Na mnoge načine starejše ženske doživljajo življenje v starosti drugače kot starejši moški.*

- Razlike med zaposlenostjo in plačami se s starostjo povečujejo: razlika med plačami med spoloma za starost 20–29 let je leta 2014 znašala 12 %, medtem ko je bila pri delavcih, starejših od 60 let skoraj 19 %. Razlike med ženskami in moškimi v stopnji zaposlenosti pa so znašale od 11 % med 25 in 54 let starosti do 13 % med 55 in 64 letom starosti.
- Ženske ostajajo glavni izvajalec oskrbe: 28 % med 55 in 64 let starimi ženskami in 17 % med starejšimi od 65 let, v nasprotju z moškimi, kjer je odstotni delež 17 % in 16 %. Posledice so večje tveganje zdravstvenih težav, socialne izolacije in revščine med starejšimi ženskami.
- Tveganje revščine najstarejših žensk (75+) narašča že pet let zapored in je za leto 2018 na ravni EU znašal 23 %. Podobno se povečujeta tudi stopnja revščine in socialne izključenosti žensk, starih 65–74 let (19 % v letu 2018). Razlika med spoloma v pokojninah je v letu 2017 v povprečju znašala 36 % na škodo žensk.
- Nasilje nad starejšimi ženskami je razširjeno in pogosto ostaja v senci. Obstajajo ocene, da je ena od šestih starejših žensk doživela nasilje, zanemarjanje in zlorabo. EU bi morala v svoje dokumente vključiti boj proti nasilju nad ženskami vseh starosti.



- Medtem ko ženske živijo dlje, daljši delež življenja preživijo slabšega zdravja in s številnimi zdravstvenimi težavami povezanimi s starostjo.

Nekatera sodobna gibanja odkrito zanikajo neenakosti, nasilje in zlorabe, ki jih ženske še vedno doživljajo samo zato, ker so ženske. Kopičijo pa se tudi vrste neenakosti – zaradi spola in zaradi starosti. Neenakost med spoloma in nasilje lahko potekata v različnih oblikah, vendar ne prizanašata nobeni generaciji. **„Nisem vedela, da bi me starost lahko zadrževala,“** pravi ena od njih v svojem odgovoru v akciji **„enakost v staranju“** o akademskem »steklenem stropu,« na katerega je naletela pri poskusu doktorata pri 56 letih.

Evropska komisija (v nadaljevanju EK) je 5. marca, nekaj dni pred mednarodnim dnevom žena, objavila svojo evropsko strategijo za enakost spolov in opredelila njene ključne ukrepe za obdobje 2020–2025. Cilji sprejete strategije predvidevajo, da bodo ženske „svobodne, uspešne in vodilne“.

Pri uresničevanju te strategije pa ne smejo biti pozabljene starejše ženske. Ženske zahtevajo enakost spolov za vse generacije žena! Za realizacijo evropske strategije je potrebna politična zaveza na najvišji ravni.

- EK obljublja stanje "brez nasilja in stereotipov". Kljub temu pa v njej ne omenja nasilja nad starejšimi ženami. Cilj raziskave o nasilju nad ženskami po vsej EU, ki naj bi bila predstavljena do leta 2023, bi moral osvetliti tudi nasilje, zlorabe in zanemarjanje žensk v visoki starosti. Podobno je treba obravnavati tudi stereotipe o spolu, kar zadeva starejše ženske.

*podatki za nivo EU

- EK si želi, da bi ženske „uspevale v enakopravnosti spolov“. Upravičeno se osredotoča na spolno diskriminacijo na začetku in sredi delovnega življenja: ločenost pri zaposlovanju, izobraževanju in usposabljanju, razlike v plači med spoloma in neenakomeren delež (otroške) oskrbe. Prav tako je treba dati poseben poudarek službam za dolgotrajno oskrbo, ki podpirajo enakost spolov in ravnotežju med poklicnim in zasebnim življenjem negovalcev.

Napoved Zelene knjige o staranju, ki se nanaša na dolgotrajno oskrbo, pokojnine in aktivno staranje, je pozitiven korak v tej smeri.

- Akcijski načrt za digitalno izobraževanje bo poskušal povečati udeležbo žensk v digitalni družbi. Upamo, da starejše ženske pri tem ne bodo prezrte.

- Strategija vsebuje tudi predloge EK za odpravo trenutne razlike v pokojninah med spoloma z oceno delitve tveganj in virov v

pokojninskih sistemih med ženskami in moškimi ter preučitvi-
jo zagotavljanja pokojninskih kreditov za prekinitve poklicne
kariere.

- Predlaga ukrepe, ki ženskam omogočajo vodenje v družbi. Priča-
kovati je, da bo vloga starejših žensk pri oblikovanju njihovih skup-
nosti kot aktivnih državljanov in prostovoljk priznana in podprta.

- Predlaga vključevanje načela enakosti spolov v vse politike in tve-
ganja povezana z enakostjo spolov, ki bi morala vključevati tudi
posebne zdravstvene izzive starejših žensk.

- Če ženske v povprečju zaslužijo 16 % manj kot moški na uro, je
enaka plača v EU ena od glavnih prednostnih nalog EK. Skupaj
s svojo strategijo EU za enakost spolov je sprožila javno posve-
tovanje o preglednosti plač (odprto do 28. maja) in bo predlagala
zavezujoče ukrepe na to temo do konca leta.

Po AGE informaciji povzela Jožica Puhar

Predviden začetek javne razprave o prihodnosti Evrope

9. maja 2020, na Dan Evrope, naj bi se uradno začela javna
razprava o prihodnosti Evrope. Delegacija Socialne plat-
forme in politični direktor AGE, zdaj imenovani novi gene-
ralni sekretar AGE, Maciej Kucharczyk, se je še pred ome-
jitvami zaradi virusne epidemije sestala z Věro Jourovou,
podpredsednico Evropske komisije za vrednote in pre-
glednost. Razpravljali so o dolgoročnem sodelovanju z
organizacijami civilne družbe. V skladu s poslanstvom
Jourove »krepitev povezav med ljudmi in institucijami, ki
jim služijo« je Socialna platforma izrazila pripravljenost
članic, da podprejo podpredsednico pri povezovanju z
ljudmi na lokalni ravni.

Skupni cilj je zagotoviti, da se tudi ljudje, ki so najbolj oddaljeni
od družbene večine, aktivno vključijo v konferenco o prihodnosti
Evrope, ki naj bi dala nov zagon evropskemu povezovanju. Jourová
je zagotovila, da je odločena voditi odprto, vključujočo, pregledno in
strukturirano razpravo o tem, kako naj EU zadovolji potrebe in pri-
čakovanja celotnega prebivalstva in vseh starostnih skupin. Vztra-
jala je, da morajo vsi spoštovati temeljne vrednote Evropske unije:
spoštovanje človekovega dostojanstva in človekovih pravic,



svobode, demokracije, enakosti in pravne države. AGE se
skupaj z drugimi članicami Socialne platforme zavezuje k tej začetni
javni razpravi. Preko članstva v AGE bomo v tovrstno akcijo vključeni
tudi v naši zvezi. Za zdaj ni znano, kako se bo razprava, glede na
aktualni pojav epidemije s koronavirusom odvijala, pa tudi ne, ali
vztrajajo pri datumu začetka, ali bo prišlo do kakega odloga.

Povzetek po AGE pripravila, Jožica Puhar

Evropski parlament prižgal zeleno luč za 37 milijard evrov

V četrtek, 26. marca, se je na izrednem plenarnem zase-
danju sestal Evropski parlament in razpravljal in tudi gla-
soval o dveh pomembnih ukrepih za pomoč državam čla-
nicam pri soočanju z izbruhom koronavirusa.

Prvi ukrep je pobuda »**Coronavirus Response Investment**« (In-
vesticijski odziv glede koronavirusa), ki državam članicam daje na
razpolago 37 milijard EUR kohezijskih skladov za investiranje naložb
v svoje zdravstvene sisteme in v druge sektorje njihovih gospodar-
stev kot odgovor na izbruh pandemije. Drugi ukrep pa je zakonodaj-

ni predlog za razširitev področja uporabe **Solidarnostnega sklada
EU za nujne primere v javnem zdravstvu.** To bo zagotovilo fi-
nančno pomoč državam članicam in državam, ki se pogajajo o pris-
topu k Uniji in se prav tako resno soočajo z izbruhom epidemije v
svojih državah. Tiskovni predstavnik skupine EPP Andrej Novakov je
v zvezi s temi ukrepi izjavil: »Prijatelj v stiski je prijatelj, na katerega se
moramo zanesti! Gre za države, ki bodo kmalu del skupne evropske
družine in vesel sem, da je skupina EPP postala del rešitve ...!

Uredništvo ZDUSPLUS

Drage upokojenke, dragi upokojenci!

Pišem vam v času, ko vsi skupaj, v resnici pa bolj kot ne vsak zase, preživljamo življenje na način, ki si ga nismo ne želeli ne izbrali. Na preizkušnjo nas je postavil neznan, neviden in neoprijemljiv sovražnik – virus. Za razliko od drugih sovragov virus ne izbira – vseeno mu je, kje smo doma, kakšna je naša politična ali verska opredelitev, kakšne polti smo in kateri jezik govorimo.

Zadovoljna sem, da smo se v Sloveniji z ukrepi odzvali še dovolj zgodaj in kot kaže sorazmerno uspešno. Da spoštujemo pravila, da smo organizirali različne aktivnosti, ki dokazujejo, da smo čuteči in solidarni. Na ravni EU za države sicer ni skupne zavezujoče strategije v boju proti koronavirusu, so pa podane smernice in sprejetih je bilo nekaj pomembnih odločitev. Tako smo na plenarnem zasedanju, ki smo ga prvič v zgodovini Evropskega parlamenta izvedli na daljavo, od doma, poslanci izglasovali dva pomembna ukrepa v pomoč državljanom in podjetjem pri reševanju posledic krize: 1. z naložbeno pobudo bodo razpoložljiva sredstva iz kohezijskih skladov preusmerjena v zdravstvene sisteme, mala in srednja podjetja, trge dela in druge ranljive dele gospodarstev držav članic; 2. solidarnostnemu skladu EU, ki je v osnovi namenjen naravnim nesrečam, smo razširili namen še na javno zdravje (medicinska pomoč, spremljanje in nadzor širjenja bolezni). Za oboje bo članicam v letu 2020 na voljo skoraj 850 milijonov evrov. Poleg tega Evropska komisija iz programa Obzorje 2020 namenja znatna sredstva raziskovalnim projektom za financiranje raziskav, povezanih z virusom, tudi za izdelavo cepiva. EU je vzpostavila zalogo medicinske opreme **RescEU** za hitro dobavo opreme območjem, ki jo potrebujejo. Vsem državam članicam bo zagotovljen dostop do zalog medicinske opreme, kot so zaščitne maske in respiratorji, v skladu z mehanizmom civilne zaščite EU. Na področju sociale in trga bo lahko Evropski socialni sklad podprl sheme skrajšanega delovnega časa in nadomestil za starše, ki zaradi varstva otrok ne morejo hoditi v službo, sofinanciral zaposlovanje dodatnih kadrov v zdravstvu in izvajanje storitev za starejše. Delavci, ki bodo zaradi krize ostali brez zaposlitve, bi lahko dobili podporo iz Evropskega sklada za prilagoditev globalizaciji. Vse to so zelo pomembne dopolnitve nujnim ukrepom, ki jih za pomoč državljanom in gospodarstvu sprejemajo posamezne države. Na nek način je epidemija Evropi ponudila priložnost, da se združi v solidarnosti, kar bo dokazala tudi z dogovorom, ali in kako potrebne so »korona obveznice«, ki bi državam in pomoči najbolj potrebnim pomagale k hitrejšemu okrevanju. Kakšne bodo razsežnosti krize, bomo ugotavljali verjetno še dolgo. V tem trenutku je pomembno, da si pomagamo, kolikor si pač lahko, da ne pozabimo na ranljive skupine. Sama sem se vključila v prostovoljski program opravljanja nakupov za tiste, ki tega ne zmorejo opraviti sami. Drobno, a koristno dejanje, kar me veseli. Ganejo me



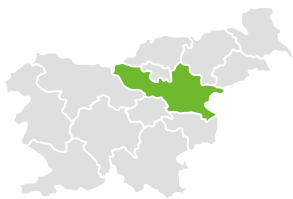
zgodbe ljudi, ki so ostali ujeti v stanovanjih, pa tistih, ki so zaradi prepovedi obiskov osamljeni v domovih za ostarele. V resnici je treba zelo malo, da jih razveselimo – kako veseli so bili video klicev, pri katerih jim je pomagalo požrtvovalno osebje. Po drugi strani pa lahko aktivni upokojenci, ki, kot vidim pri svoji mami, nikoli nimate dovolj časa, dneve karantene izkoristite za kakšno stvar, ki jo že dolgo želite uresničiti, pa je niste utegnili. Morda svojim otrokom ali vnukom napišete kakšno pismo, z njimi delite kak poseben spomin. Berete, slikate, uredite vrt ali vrtiček. Operete zavese ali prepleskate steno v optimistično barvo.

Kajti karantene bo nekoč konec. Upam, da že kmalu, in da bomo vstopili v novo, zdravo poglavje, da bo bolj zdrav tudi naš pogled na vrednote, zdravje, solidarnost. Da bo od virusa, ki nam morda sporoča, da nekaj delamo narobe, vsaj duhovna korist.

Prepričana sem, da so za vami mirni velikonočni prazniki, ki so bili letos drugačni kot pa smo jih sicer vajeni. Brez dragih in bližnjih v vaših prostorih, zato pa vedno dobrodošlih v vaših srcih. Upam, da ste vseeno pobarvali pirhe in si privoščili kako dobroto. Za dobro voljo in pozitivno energijo. Ostanite zdravi, potrebujemo vas!

Vaša evropska poslanka Tanja Fajon





CELJSKA

Nekoč je bila Vila Ana

Srečo smo imeli, ko smo sklenili, da se dobimo v Rogaški Slatini 12. marca, da ocenimo, kako je z našo parcelo, parcelo Zveze društev upokojencev Slovenije. V naši lasti je bila skupaj z Vilo Ano, ki smo jo prodali zaradi nezasedenosti in posledično velikih stroškov, ki so bremenili naš hotel Delfin v Izoli, ki je z njo upravljal.



Franc Lobnik, predsednik NO ZDUS, Vera Pečnik, podpredsednica ZDUS, Zdenka Jan, predsednica PZDU Celje in Janez Sušnik, predsednik ZDUS

In zakaj smo imeli srečo? Zato, ker je v naslednjem tednu padel odlok o karanteni zaradi napredovanja Covid-19, ko se mi, kot ranljiva skupina, nismo mogli več neodgovorno gibati in voziti širom Slovenije. Glede na to, da se je žal na to parcelo pri prodaji celo malce pozabilo, tudi nismo bili o njenem stanju, velikosti in legi na začetku pravilno obveščeni. Da bi se ognili kakršnikoli nevšečnosti, je predsednik ZDUS Janez Sušnik povabil k ogledu tudi Zdenko Jan, predsednico Pokrajinske zveze Celje, saj pod njeno območje sodi Rogaška Slatina. Povabil je še Franca Lobnika, predsednika Nadzornega odbora in podpredsednico Vero Pečnik, ki prihaja iz te pokrajine. Sestali smo se pred ureditvijo meja s potencialnima kupcema, ki mejita na to parcelo. In naše ugotovitve? Kljub temu, da je parcela dokaj velika, saj smo vsi mislili, da je manjša, da so na njej vrtički sosednjega bloka, da je en del pravzaprav zaraščen, ki pa bi se dal s sodobnimi stroji urediti, prav tako parcela, se pojavi največji problem! Parcela, ne glede na njeno zanimivost, še posebej v kraju, kot je Rogaška Slatina, nima dostopa z nobene strani. Videti je, da so tudi pri izdelavi načrtov pozabili nanjo in so vsi dohodi pravzaprav pozidani, tako da je zanimiva le za mejaša, ki sta zelo zainteresirana, da parcelo v celoti kupita. Seveda je to tudi naš pogoj.

Glede na razgovore s potencialnima kupcema smo se dogovorili, da predsednik Nadzornega odbora Franc Lobnik v imenu ZDUS sodeluje pri urejanju meje, naša predsednica PZDU Celje Zdenka Jan pa – glede na dejstvo, da dobro pozna razmere in ljudi v tem predelu in po umiritvi razmer glede Covid-19 – pridobi vse dosegljive informacije tako na občini kot na Upravi enoti, pod

katero sodi Rogaška Slatina. Z vsemi zbranimi podatki bomo znova sedli za mizo, da dorečemo ceno in naše poslanstvo na tem področju sklenemo za vselej.

Vera Pečnik, foto Milenka Blažević

Drugačna Izola – proti revščini in osamljenosti

Letošnje izobraževanje društvenih koordinatorjev programa Starejši za starejše v Izoli je bilo že v znamenju prihajajoče epidemije. Druga skupina, v kateri so bili koordinatorji iz celjske, savinjske, šaleške in koroške regije, je bila hkrati tudi zadnja, saj so bila nadaljnja izobraževanja zaradi širjenja virusa Covid-19 odpovedana.

V precej praznem hotelu Delfin se je ta skupina zbrala 9. marca in kot je že zadnja leta v navadi, jo je po pozdravu direktorice hotela nagovorila vodja programa **Rožca Šonc**. V predstavitvi dela je zajela obdobje od leta 2004 s posebnim poudarkom na letu 2019. Takrat je bilo v Sloveniji vključenih v program 276 društev upokojencev s 3535 prostovoljci. Če so v celotnem obdobju prostovoljci opravili preko milijon obiskov in zagotovili 505 tisoč pomoči, so jih lani obiskali 57 tisoč in zagotovili 76 tisoč pomoči in storitev. Bolj kot podatki o marljivem delu so zanimive ugotovitve o položaju starejših, ki pričajo tako o revščini kot o drugih stiskah več kot četrte vseh starejših. "Želimo spoštovanje starejših kot enakovredne družbene skupine," je poudarila Rožca Šonc, pozvala k zmanjševanju revščine ter dodala: "Poskrbimo, da starejših ne bo sram, da potrebujejo pomoč!" Da ne gre samo za materialno pomoč, so opozorile regijske koordinatorice programa. **Karlina Mermal** (Savinjska pokrajina) in **Damjana Lovrenčič** (Celje vzhod) sta namreč kot glavno težavo večine starejših navedli osamljenost. Čeprav so v nadaljevanju izobraževanja koordinatorji izvedeli veliko zanimivega o urejanju podatkov za metodologijo dotacij, o sobivanju, o preprostih tehnikah za ohranjanje spomina in življenj-



Ko smo se še družili ...

ske vitalnosti, o pristopih k starejšim, eko skladu in farmacevtske-mu svetovanju, o Diners kartici prostovoljca in izpopolnili znanje v programu Bopro, so misli že uhajale v bližnjo prihodnost in izzive, ki čakajo vse prostovoljce.

Epidemija Covid-19

Ko je bila v Sloveniji razglašena epidemija Covid-19 in so bili sprejeti številni ukrepi za omejitev širjenja okužb, se je spremenilo tudi delo prostovoljcev v programu Starejši za starejše. Ker tudi sami sodijo v skupino najbolj ogroženih, je seveda na prvem mestu skrb za njihovo varnost. Konec je bilo z obiski pri starejših, a to še zdaleč ne pomeni, da je bilo tudi konec skrbi zanje. Prostovoljci in koordinatorji na Celjskem so poskrbeli za sezname tistih, ki nimajo svojcev ali dobrih sosedov, ki bi namesto njih prinesli iz trgovine hrano, zdravila iz lekarne in podobno. V Slovenskih Konjicah, na primer, je potrebe po pomoči, ki so jih navedli koordinatorskega programa iz baz podatkov in prostovoljci s poznavanjem ljudi na svojem terenu, v nekaterih primerih preverila tudi patronažna služba. Za tiste, ki potrebujejo pomoč, skrbijo mlajši prostovoljci v okviru občinskega štaba civilne zaščite in še posebej skupina, ki so jo oblikovali pri Rdečem križu. Za osnovne materialne pogoje je tako poskrbljeno, prostovoljci pa še naprej delajo tisto, kar je pri njihovem delu najbolj pomembno: skrbijo, da nihče nima občutka, da je sam in pozabljen. S "svojimi" varovanci se pogovarjajo po telefonu, včasih jih pravilno zaščiteni nagovorijo od daleč, od ograje, preko sosedov ... Ne samo da preverijo, če je z njimi vse v redu, če imajo, kar potrebujejo, ampak da preprosto malo poklepetajo, pa čeprav o vremenu. Vsaka beseda je v teh časih osamitve dragocena. Vsi pa že komaj čakajo, da bodo lahko spet stopili skozi vrata, stisnili roko in morda tudi objeli človeka, ki hrepeni po prijazni besedi. Vzdržimo do takrat in pazimo nase, saj nas bodo še potrebovali!

Besedilo in fotografije: Milena Brečko Poklič



DOLENJSKA IN BELA KRAJINA

30 let Društva upokojencev Škocjan

Društvo upokojencev Škocjan letos praznuje 30-letnico delovanja. Obeležili smo ga 1. marca 2020, ko smo se zbrali v večnamenskem prostoru Osnovne šole Frana Metelka Škocjan, na zboru članov in na jubilejnim praznovanju. Po zapetih pesmih Starih prijateljev iz Dobrave je goste in 180 prisotnih članov društva pozdravil predsednik Toni Mojstrovč.

V kulturnem programu so poleg Starih prijateljev iz Dobrave sodelovali še pevski skupina Klasje, šestošolci domače šole, Ema Kapler, Janez Strašek in Neja Jerman, pa so z deklamacijami in igranjem na flavto pod mentorstvom gospe Marinke Cerinšek, povezovalke programa, popestrili druženje. Ob tej priložnosti je bila v predverju šole razstava, zasnovana po zamisli Upravnega odbora, neutrudni člani, Tanja Hočevar, Tončka Povše in Janko Škoporc pa so oblikovali še zgibanko, da tako nekateri pomembnejši mejniki v življenju društva ne bodo tonili v pozabo.

Za delovanje društva in aktivnosti skrbi 7-članski upravni



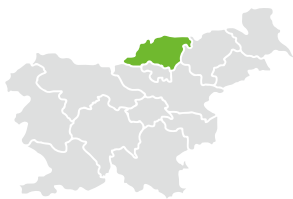
Predsednik PZDU g. Dušan Kraševac in predsednik DU Škocjan g. Toni Mojstrovč s priznanjem PZDU za 30 let društva.

odbor. Če ne bi bilo medsebojnega povezovanja in vestnega dela med poverjeniki, člani društva in Upravnim odborom, ne bi bilo danes v društvu 400 članov. Naj tako tudi ostane, so zapisali snovalci zgibanke. Najzaslužnejšim smo na nedeljski slovesnosti podelili zahvale in priznanja. Da je bilo DU Škocjan ustanovljeno in je začelo samostojno delovati, ima zasluge Jožica Čelesnik. Bila je njegova prva predsednica in ga je uspešno vodila dvanajst let. Za svoje zasluge je prejela pisno zahvalo. Za delo društva so nepogrešljivi naši poverjeniki. Za njihovo nesebično in požrtvovalno delo jim vsako leto na zboru članov podelimo priznanja za štiri, osem, dvanajst in večletno delovanje na področju poverjenišva. Za štiriletno poverjeniško delo so priznanja prejeli: **Tončka Povše, Fani Kirm in Hermina Pungersič**, za osemletno delo pa **Mimica Kocjan in Milka Biruš.**

Fanika Mojstrovč je prejela priznanje Pokrajinske zveze društva upokojencev za 12 let poverjenišva in prostovoljstva v programu Starejši za starejše in za druge aktivnosti v društvu. Priznanje ji je izročil predsednik PZDU Dolénjske in Bele krajine Dušan Kraševac, ki je ob tej priložnosti društvu podelil priznanje za njegovo 30-letno delovanje.

Minka Jerman je za tridesetletno aktivno in predano delo ter izjemne zasluge v društvu po 57. členu statuta Društva upokojencev Škocjan prejela najvišje priznanje, častno članstvo. Priznanja in nagrade, ki jih ljudje v svojem življenju prejemo, so dokaz, da živimo, da smo družbena in družabna bitja v vseh obdobjih svojega življenja, od mladosti do jeseni življenja, da poleg hrane in pijače napolnjujejo naše dneve tudi različna dela. Velika, mala, prispevamo delček sebe v svoje zadovoljstvo in v zadovoljstvo skupnosti, ki ji pripadamo. Iskrene čestitke ob 30-letnici, prejemnikom in veliko povezovalnosti so izrazili vsi gosti, in sicer s Pokrajinske zveze, ravnateljica šole, predstavniki sosednjih društva (Prečna, Šmarjeta, Bela Cerkev, Šentjernej, Gabrje), predstavniki PGD Škocjan, Policijske postaje Šentjernej in KORK Škocjan. Društvu je s priznanjem čestital tudi župan Občine Škocjan, Jože Kapler. Sledil je še uradni del Zbora članov društva. Predsednik je podal poročilo o minulem delu in načrte za prihodnje. Referenti za različna področja so predstavili svoje opravljeno delo. Srečanje smo zaključili z malico, ki so jo pripravili delavci šolske kuhinje, in prijetnim druženjem. Hvala vsem, ki so sooblikovali slovesno popoldne, ki se ga bomo radi spominjali.

Tanja Hočevar, foto Janko Škoporc



KOROŠKA

Covid-19 na Koroškem

Tako kot po vsem svetu, je tudi med koroškimi upokojenci novi virus vnesel nekaj nemira in strahu. O okuženih s Covidom-19 smo se Korošci prvič soočili z novico, da je na ladji Diamond Princess, ki je bila prisilno ustavljena na Japonskem, prisotnih 6 slovenskih državljanov od tega tudi štirje Korošci. Seveda je bilo po naši stari navadi takoj postavljeno vprašanje, kdo so ti štirje, in seveda, iz katerega kraja so?

Dokler je bila ladja zasidrana na Japonskem in so potniki preživljali karanteno in ko smo že ugotovili, kdo so ti štirje rojaki, je bilo skoraj vse v najlepšem redu. Po izpustitvi iz ladje in s prihodom domov pa so se začela namigovanja, da se prosto sprehajajo, niso v samoizolaciji in strah pred okužbo je dobil krila. Zelo nelagodno pa so se dejansko počutili oni sami, ker je večina na njih gledala kot na kužne in nezaželeni ljudi. Resnica pa je, da so se sami izolirali doma in po mesecu dni povsem zdravi vključili v normalno življenje v svojem okolju.

In prav ladja Diamond Princess in prisoten C-19 ter vrnitev Korošcev domov je med upokojenci vnesel nekaj strahu, ko se je bilo potrebno odločiti, ali bodo odšli na skupno letovanje v naš hotel Delfin v Izolo. Vrsto let zapored so koroški upokojenci v svojem terminu zasedli vse hotelske zmogljivosti, kar pa je zelo razveseljevalo vodstvo hotela in zaposlene. **Zbiranje prijav je potekalo po ustaljenem načinu in prijavo se nas je preko 430.** Na Koroški pokrajinski zvezi smo pričeli z rezervacijo prevozov in formalnosti za namestitve. No, pa se je epidemija pojavila tudi pri nas, po zimskih šolskih počitnicah, ko so se dopustniki vračali iz tujine. Podatki iz Italije so nas že skrbeli, še vedno pa je bila večina upokojencev za to, da gredo v Izolo. Naš odhod je bil planiran zadnji dan februarja s predvidenim povratkom 7. marca. Na pot nas je odšlo 314. Sprejem in pa pomirjujoče besede direktorice Nine Golob, ki nas je prvi večer nagovorila in številne pomirila, da v hotelu izvajajo vse varnostne ukrepe in ne razmišljajo o zaprtju hotela, so pomenile pravo olajšanje. Ves strah in negotovost pa sta se razblinila zvečer na plesišču, ko je bilo vse tako, kot mora biti – po stari dobri ustaljeni navadi smo se sprostiti in zavrteli. Ves teden je minil v dobrem razpoloženju in tistim, ki jih ni bilo

poleg, je lahko samo žal. Res pa je tudi, da je bila večina odjav naših upokojencev povezana z njihovimi kroničnimi obolenji in po posvetu z osebnim zdravnikom. Vsi, ki pa smo letovali v našem prekrasnem hotelu, smo se vrnili zdravi. Po prihodu domov je bilo v naslednjem tednu v Društvih upokojencev že vse pripravljeno za organizirane slovesnosti ob 8. marcu, dnevu žena. Na žalost so bila vsa srečanja odpovedana, predvsem iz strahu pred morebitnimi okužbami. Prav zato bodo društva te prireditve poskušala izpeljati v ugodnejšem terminu. Podobno usodo so doživeli vsi zbori članov v društvih, ki se odvijajo v mesecu marcu. **Društva so upoštevala usmeritve ZDUS in KPZDU, da se zbori članov izvedejo kasneje**, poročila, ki pa so obvezna, pa se bodo potrjevala s strani upravnih odborov in bodo poslana pristojnim službam (AJPES).

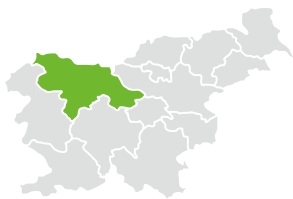
Koronavirus pa ni prizadel upokojence samo z odpovedjo proslav ob dnevu žena, zborih članov, temveč tudi v velikih meri po športnih srečanjih. Na Koroškem smo v januarju izpeljali smučarsko tekmovanje, ki se ga je udeležilo preko 120 tekmovalcev. Vsa ostala tekmovanja, ki potekajo v organizaciji KPZDU in društev, pa bodo organizirana kasneje, ko bodo to dovoljevale razmere.

Ukrepi karantene, gibanje, maske, rokavice, omejitve med občini in še nekateri ukrepi pa so prizadeli marsikaterega starejšega, nemočnega pri svojem vsakdanjem življenju. **V KPZDU smo poslali apel vsem društvom, da aktivirajo prostovoljce programa Starejši za starejše**, ki preko telefona kontaktirajo z upokojenci, za katere se pričakuje, da bodo imeli težave z oskrbo ali spremljajoče zdravstvene težave. Ker pa ukrepi še veljajo in je njihovo trajanje še negotovo, so prve ugotovitve prostovoljcev, ki obveščajo svoje koordinatorje, da je med upokojenci zelo prisotna osamljenost. Zato se starejši razveselijo telefonskih klicev, ki trajajo včasih tudi po 10 minut. **So pa vsa naša društva povezana z občinski štabi Civilne zaščite**, s katerimi koordinirajo morebitne nastale probleme, povezane s starejšimi občani. Naša vozila za prevoz upokojencev v različne ustanove, vozila ima že večina društev na Koroškem, stojijo, saj nimamo ustreznih zaščitnih sredstev, da bi opravljali prevoze. Zato smo upravičeno zaskrbljeni, kaj se dogaja med štirimi stenami z zdravjem upokojencev, ki imajo težje oblike bolezni in je njihova zdravniška oskrba zelo okrnjena. Koliko bo žrtev tudi zaradi ukrepa omejitev specialističnih pregledov, odhoda k zdravniku, pa lahko le ugibamo. Posledic zaradi omejitve gibanja še ne poznamo, zagotovo pa bodo! Prepričani smo, da bomo tudi iz teh, za upokojence najtežjih razmer, prišli kot zmagovalci in da bomo ponovno odprli naše pisarne in izvajali aktivnosti ter izpolnili vse zadane naloge tudi v letu 2020.

#ostanitedoma #ostanitezdravi

Željko Kljajić, predsednik KPZDU





GORENJSKA

Pomen samooskrbe in kako se je lotiti

Pred 50 leti, kot lahko preberemo na spletu, je bila samooskrba v Sloveniji skoraj 80-odstotna, saj je imela skoraj vsaka gospodinja svoj vrt, na katerem je pridelovala zelenjavo za potrebe svoje družine. Zdaj smo, žal, v precejšnji meri odvisni od uvoza, saj je naša samooskrba močno padla. Skrajni čas je, morda bo k temu kaj pripomogla tudi trenutna kriza doma in v svetu, da začnemo ne le razmišljati, ampak dejansko ukrepati in stvari obrniti v drugo smer. Kako se tega lotiti in zakaj je samooskrba tako zelo pomembna, pojasnjuje Vlasta Juršak, vodja projektov na Centru za trajnostni razvoj podeželja Kranj.

Zagotavljanje kakovostne hrane in vode je osnova za preživetje. Kaj lahko sami naredimo, da bomo skupaj bolj prehransko samooskrbni in neodvisni?

- Če imamo svojo hišo in prostor pred njo, poskrbimo, da bo ob hiši vrtiček z najpomembnejšo zelenjavo, začimbami, jagodičjem in nekaj sadja za vso družino. Če imamo malo prostora, si lahko omislimo visoke grede ob hiši, za gojenje npr. kumaric in buč pa so uporabne tudi vrtno ograje, na katere se le te lahko vzpenjajo.
- Mini vrtiček si lahko omislimo tudi na okenskih policah in na balkonih.
- Tisti, ki živite v blokiih, se povežite s sosedi in na zelenicah pred bloki organizirajte vrtičke.
- V pomladanskem času tudi v naravi raste veliko užitnih in zdravih rastlin – npr. regrat, ki ga lahko jeste vse leto, prav zdaj so na voljo tudi mladi poganjki kopriv, iz katerih si skuhate »špinačo«, pa zelo zdravilen čemaž, cvetijo trobentice, ki jih lahko posušite za čaj ali sveže pojedete v solati, užitni so tudi drevesni brstiči, ki so odlično hranilo za naše telo. Najdemo tudi mnoga zelišča, pa mlade liste robid in še mnogo drugih užitnih in zdravih rastlin. Pazite le, da boste rastline nabirali na predelih, kjer zemlja ni bila tretirana z umetnimi preparati.
- Doma v tem času lahko posejete semena in si tako pripravite sadike, ki jih boste kasneje posadili na vrtu, balkonu ali na okenski polici.
- Nekateri so si omislili tudi gozdne vrtičke – na manjših površinah v gozdu, kjer je dovolj svetlobe, so posadili zelenjavo in sadna drevesa.
- Lahko se povežete s kakšnim kmetom iz svoje okolice in boste skupaj z njim pridelali hrano za svojo družino – boste partnersko kmetovali.

Za našo samooskrbo je zelo pomembno, da si čim več hrane pridelamo sami, saj s tem pridobimo tudi svoja kakovostna semena, ki jih bomo uporabili naslednje leto. Viške semen lahko zamenjamo z drugimi vrtičkarji, ali pa jih podarimo tistim, ki jih nimajo.

Vsa hrana, ki jo pridelujemo sami, naj bo 100 % naravna, brez vnašanja kakršnih koli škodljivih preparatov, saj le ti vsebuje-



Za našo samooskrbo je zelo pomembno, da si čim več hrane pridelamo sami, saj s tem pridobimo tudi svoja kakovostna semena, ki jih bomo uporabili naslednje leto. Viške semen lahko zamenjamo z drugimi vrtičkarji ali pa jih podarimo tistim, ki jih nimajo.

jo veliko težkih kovin, ki so največji strup za naše zdravje. **Še posebej kadar nas obkrožajo različni virusi, je izrednega pomena, da jemo živo, zdravo hrano (predvsem sveže sadje in zelenjavo, npr. koriander, česen, zeleno) ter pijemo tople zeliščne čaje. Zelišča in začimbe, ki razkužujejo in delujejo proti bakterijsko oziroma proti virusno so predvsem timijan/materina dušica, origano/dobramisel, ginko – listi, žajbelj, lovor, sivka in cimet.** Naj povem še, da je že samo vrtnarjenje – stik z rastlinami, predvsem pa z zemljo, zelo pomembno za naše zdravje. Omogoča nam ozemljitev in pridobivanje pomembnih energij iz zemlje, ki ščitijo naše telo pred boleznimi in tudi pred elektromagnetnim onesnaževanjem, na vrtu se sprostimo, smo tudi v stiku z naravnimi zvoki, npr. ptice pojejo s čistimi toni, ki so v skladu z našo DNK in nam tako pomagajo do boljšega zdravja, tu so še veter, šumenje dreves, brenčanje čebel in drugi zdravilni zvoki narave. Zato se le veselo lotite tega pomembnega in zdravilnega opravila ter zase in za svoje bližnje pridelajte kakovostno hrano, ki bo krepila vaše fizično in duševno zdravje.

Slavica Bučan, foto Freemages

Edinstveno etnografsko izročilo po 44 letih »ubil« COVID-19

Le na Ljubnem ob Savinji nosijo k žegnu cvetnonedeljske »potice«

Po 132 letih se je na Ljubnem ob Savinji zgodilo, da so blagoslov cvetnonedeljskih butaric, na Ljubnem imenovanih »potice«, odpovedali. Blagoslovi zelenja so odpadli tudi na celotnem ozemlju Slovenije, tako pa tudi vsa druga velikonočna opravila in praznične maše s procesijami ob navzočnosti vernikov. Ker so ob dogodkih, kot je ta etnografski običaj, skozi vsa obdobja sodelovali starejši ljudje, upokojenci, ki so izdelovali butarice-potice za mlajši rod, je zgodba zanimiva tudi za nas.

Čeprav so bila vmes razdobja zaradi vojnih časov in drugih razlogov brez izrazitejših prikazov, je tradicija izdelovanja porasla s službovanjem takrat novega župnika **Martina Pušenjaka**, ki je na cvetno nedeljo leta 1976 prvič javno pohvalil ter spodbudil prinesitelje teh posebnih snopov (butaric), ki so bile »nakrenclane« (opotičene) s sadjem, pecivom in naravnimi okraski, zimzelenimi listi, semeni, vrbovim šibjem, bršljanovim svetlečim se listjem in črnimi jagodami, rdečim semenom božjega lesa - bodike, cvetovi ive in leske idr. Klasične butarice, kakršne izdelujejo po vsej naši deželi, so se iz Tera na Ljubnem postopoma preoblikovale v prav posebne predmete, ki so jih občudovali najprej domačini med seboj, že pred desetletji pa tudi prišleki, ki so izvedeli za to ljubensko posebnost, kakršne Evropa ne pozna. Kot je dejal pred desetletjem nazaj o teh »lesenih poticah« priznani etnolog in profesor **dr. Janez Bogataj**, je »ta nesnovna kulturna dediščina povsem drugačen prikaz izven serijske izdelave običajnih cvetnonedeljskih butaric po Sloveniji. Le na Ljubnem izdelujejo takšne predmete, sicer iz podobnih osnovnih naravnih materialov kot snope in butarice drugod po deželi, posnemanja teh pa v glavnem nismo opazili. Tu pa je tradicija zdaj že globoko zakoreninjena, zato je poseben unikum nekulinarične potice vreden večje pozornosti in ohranitve zgodovinskega spomina.«

Potomci izdelovalcev potic poudarjajo, da je prvo potico, verjetno leta 1887, izdelal **Jože Poličnik**, preživitkar na kmetiji Juvanica v



Jože Vodusek prenaša kulturo in nostalgijo na mladež.

Teru. Dekan in župnik v cerkvi sv. Elizabete Ogrske na Ljubnem **Martin Pušenjak** nam je o tem povedal:

»Osebnostno sem prve potice videl leta 1976 ob blagoslovu na Cvetno nedeljo. Pri maši sem izdelovalce pohvalil in spodbudil, naj ohranjajo to enkratno tradicijo. Naslednje leto jih je bilo vsaj enkrat več. Kar nekaj let sem osebno fotografiral (delal diapozitive), katere sem letos z veseljem pokazal otrokom pri verouku z namenom, da jih spodbudim za izdelavo za letošnji blagoslov. A žal, letos je ta tradicija odpadla, javni žegen bo spet prihodnje leto, če bo bog dal!«

Ljubenske potice so v minulega pol stoletja izdelovali različni rokodelci, domači »tišlerji«, vlcerci, flosarski zanesenjaki, gozdarji in mizarji. Z delavnicami, ki so jih nekateri prirejali za mladino, so okužili še mlajše izdelovalce. V kraju in okoliških zaselkih kraja so ljudje kar tekmovali, kdo bo prišel z novo, boljšo idejo, z bolj naravno izdelano maketo etnografskih objektov, sakralnih detajlov, prikaza flosarske in vlcerske dejavnosti, kmečkega in gozdarskega orodja, celo živalskega sveta, cvetja iz lesa, prikaza kulinarike, delov oblačil, vse iz naravnih materialov ter zimzelenih delov rastlin, listja in semenja. Pušenjak je za tako spodbujanje nostalgije, javno blagoslavljanje ter ohranjanje dokumentacije o ljubenskih poticah, prejel celo eno prvih občinskih priznanj. O ljubenskih, evropsko znanih poticah, je publicistka **Karolina Vrtačnik** s sodelavci pred šestimi leti izdala v slovenskem in angleškem jeziku na 124 straneh velikega formata knjigo, *Ljubenske potice*, v kateri so zbrani podatki in zapisi z bogatim fotografskim gradivom. Kot nam je pred nedavnim dejal župan **Franjo Naraločnik**, bo del, na novo urejene etnografske zbirke s področja občine Ljubno ob Savinji, vseboval poleg flosarije in vlcerske dokumentacije ter eksponatov tudi predstavitev ljubenskih potic. Pri **Društvu upokojencev Ljubno**, kjer nimajo posebne vsebinske naloge s tega področja, pa bodo, kot nam je dejal predsednik Jože Vodusek, tudi sam izdelovalec butaric-potic, zatrdil, da bodo še naprej negovali to lepo tradicijo, saj iz roda v rod gre ta pot do ohranjanja kulture in dediščine ter edinstvene tradicije.

Besedilo in foto, Jože Miklavc



Že več kot pol stoletja izdeluje in uči mlajše Ivan Voler z Ljubnega.

Himna šole zdravja

POD POHORJEM ZELENIM NA BEZENI,
V ORANŽNI BARVA JUTRO ZAŽIVI,
KO ZBRANI VSI PRI DOMU V ŠOLI ZDRAVJA,
SE RAZGIBAVAMO KAR SRED VASI.

PO ZMERNEM TEMPV V KROGU Z ROKO V ROKI,
SI ZAŽELIMO SREČNO V NOVI DAN
IN Z GIBI GLAVE PA DO NOG ZAČNEMO,
KOLIKO ZMORE VSAK PRESODI SAM.

POL URE GIBOV NAM PREHITRO MINE,
NA KONCU SE UMIRIMO ŠE VSI,
POZDRAVIMO NA NEBU SONČEK ZLATI,
POTEM OBJEM ZA LEPŠI DAN SLEDI.

TAKO VSAK DAN, VSAK TEDEN IN VSE LETO
METODA TISOČ GIBOV NAS KREPI,
NAM DAJE MOČ PREŽENE SLABE MISLI,
V PRIJETNI DRUŽBI KAVA ZADIŠI.

Na Bezeni smo začeli z vadbo novembra 2018. Razgibavamo se vsak dan in čez celo leto (razen sobote, nedelje in praznikov) ob 8.30 zunaj, na prostem, stoje, ne glede na vreme, mraz ali poletno vročino. Naša skupina šteje 15 članov. Vsi člani naše Šole zdravja



smo upokojenci. Imamo celo dva, ki bosta letos dopolnila 80 let. Razgibavamo se v prijetnem okolju v naravi. Ob slabem vremenu pa vadimo pod nadstrešnico. Vsak petek, ko je zadnji dan v tednu, vsi člani po telovadbi zapojemo svojo himno, popijemo kavico, malo poklepetaimo ter se veseli in dobre volje odpravimo k dnevnim opravilom. Jutranja telovadba nam požene kri po žilah, daje dodatno energijo in pripomore k boljšemu počutju skozi ves dan.

Besedilo in foto, Jožica Farasin

V spomin Jožetu Jazbecu

(1942–2020)

»Dragi moji, čez sto let bodo tukaj hodili drugi ljudje. Zdaj je naš čas, zato je pomembno, da odpuščamo, delamo dobra dela in si pomagamo,« je običajno zaključil svoj nagovor upokojencem na njihovih društvenih zborih članov.

Njegov čas se je žal iztekel mnogo prezgodaj, a nikoli ne bomo pozabili njegovega velikega pečata, ki ga je pustil ob predsedovanju na Pokrajinski zvezi društev upokojencev Dolenjske in Bele krajine. Tri mandate smo mu zaupali to zahtevno delo, ki ga je opravljal profesionalno, tovariško zagnano, kot je znal le on. Nikoli mu ni bilo težko se spoprijeti s problemom, saj je vedno dejal: »Mi v vodstvu

smo zato, da probleme rešujemo, ne da jih ustvarjamo!« Veliko je prispeval k promociji, uveljavljanju, širjenju in pomenu delovanja na področjih športa, kulture, ustvarjalnosti in druženja med nami, upokojenci. Vedno je poudarjal, da morajo biti in da so društva upokojencev v svojem kraju glavni promotorji na teh področjih!

Jože se je rodil v vojnem času v Mirni Peči. Kljub težkim razmeram se je uspešno izšolal in se zaposlil v šolstvu. Večino svoje delovne dobe je bil ravnatelj. Nazadnje kar 14 let med svojimi »Podgurci« v Brusnicah. Vrsto let je bil tudi predsednik Društva prijateljev mladine Mojca in Pokrajinskega odbora stranke DESUS. Za svoje požrtvovalno delo je prejel številna priznanja, med drugim zlato plaketo ZDUS in nagrado mestne občine Novo mesto. V lanskem letu je dokončal pisanje svoje prve knjige z naslovom **Drobtinice iz življenja ravnatelja**, v kateri je opisal svojo življenjsko pot in jo obogatil z razmišljanjem o prihodnosti. Velik poudarek je dal svoji neizmerni ljubezni do svoje družine, okolice, društva. Knjiga je bogata po plemenitih mislih, dobrohotnih in po pomenljivih napotkih. Bralcu odslikava njegovo življenje, od rojstva do let, ki bi jih lahko imenovali zreła, starejša.

Dragi naš predsednik Jože! Ne bomo se več srečevali, vendar z nami boš ostal še dolgo. Še dlje pa bodo ostala tvoja dobra dela, tvoje izrečene misli, tvoj občutek za vse nas, upokojence. Ostal boš naš učitelj. V resnici si bil to vse življenje. Hvala ti. Hvala ti, da smo lahko bili tvoji učenci in sopotniki.

Predsednik Pokrajinske zveze društev upokojencev Dolenjske in Bele krajine, Dušan Kraševac



Aktivni in varni doma z E-oskrbo

Z oskrbo na daljavo, ki nam jo zagotavlja storitev E-oskrba Telekoma Slovenije, si lahko zagotovimo pomoč, ko smo sami.

Po upokojitvi pogosto veliko časa preživimo doma, kar pa ne pomeni, da svoj prosti čas preživljamo le s pose- danjem pred televizijskimi zasloni ali ob prebiranju časopisov in knjig. Običajno smo v domačem okolju še aktivnejši, kot smo bili morda v času, ko so nas še okupirale službene obveznosti. Marsikaj je potrebno doma postoriti, za kar nam je prej zmanjkovalo časa, od preurejanja in čiščenja stanovanja do telovadbe, s katero želimo svoje telo in duha čim dlje ohraniti v dobri kondiciji.

Le droben trenutek nepazljivosti pa lahko povzroči nesrečen padec; pogosto v takšnih primerih v naši bližini ni nikogar, ki bi nam lahko takoj priskočil na pomoč. Kot nalašč je telefonski aparat ali naš mobilni telefon na razdalji, ki je zaradi poškodbe ob padcu ali hude bolečine ne moremo premagati. Po statistiki se namreč največ padcev zgodi prav med štirimi stenami naših domov; od zdrsov pri izstopanju iz kadi v kopalnici do spotikanj ob različnih ovirah v stanovanju, ki smo jih, čeprav nanje navajeni, v naglici prezrli.



E-oskrba pa je rešitev, s pomočjo katere si lahko v vsakem trenutku priključimo pomoč. Pomoč strokovnega osebja v asistenčnem centru nam je na voljo v najkrajšem možnem času, na ta način pa lahko preprečimo hujše zaplete zaradi predolgega čakanja nanjo, še posebej v primerih, ko obležimo, na primer, na mrzlih in mokrih tleh v kopalnici in podobno.

Kaj je E-oskrba in kako deluje?

E-oskrba je modularna rešitev oskrbe na daljavo, ki se na enostaven način prilagaja potrebam uporabnika, s tem pa nam zagotavlja varnejše in bolj kakovostno bivanje na domu. Zagotavlja stalno (24 ur na dan, vse dni v tednu) povezavo z asistenčnim centrom z zdravstvenim osebjem, ki nam nudi ustrezno orga-

nizacijo pomoči v nujnih primerih. Za povezavo z asistenčnim centrom E-oskrbe prejmemo posebno napravo in daljinec za proženje klica v sili.

Napravo nam namestijo v našem stanovanju na vidnem in lahko dostopnem mestu. Po potrebi se s pritiskom na gumb na tej napravi takoj povežemo z asistenčnim centrom, kjer nam zdravstveno osebje takoj zagotovi ustrezno pomoč po tem, ko preveri, kaj se nam je zgodilo: pokliče reševalce ali pa morda le obvesti nekoga v bližini našega doma, da pride do nas in nam pomaga. Napravo lahko upravljamo tudi prek daljinca in v tem je tudi njena prednost pred mobilnim ali fiksnim telefonom, saj lahko klic sprožimo na enostaven način preko gumba daljinca, ki ga imamo kot vodoodporen obesek lahko okrog vratu ali na zapestju. Ob tem se lahko še dodatno odločimo za uporabo detektorja padca, ki ga nosimo vedno s seboj in ki v primeru, da pademo in obmirujemo, samodejno pokliče v asistenčni center. S tem je poskrbljeno, da nam je hitra pomoč zagotovljena tudi v primeru, če bomo zaradi padca izgubili zavest ali enostavno sami ne bomo mogli sprožiti gumba za klic v sili. Tako je strah, da pomoči ne bomo mogli priklicati, čeprav jo nujno potrebujemo, odveč.

E-oskrba je izvrstna podpora za kronične bolnike

Storitev E-oskrba pa nam ni v pomoč le pri padcih, ampak tudi pri kroničnih boleznih. Kronične bolezni lahko pogosto povzročijo nenadno slabost ali dolgotrajnejše slabo počutje, kar nam povzroča nelagodje ali celo strah. Največkrat s tem ne želimo obremenjevati svojih najbližjih, pri tem pa tvegamo, da je nenadna slabost lahko tudi posledica česa hujšega, kar bi bilo zaradi odlašanja lahko celo usodno. Tako kot pri padcu tudi v primeru slabosti z enim samim pritiskom na gumb vzpostavimo stik z asistenčnim centrom, kjer dobimo vso potrebno podporo. Z zavedanjem, da si z E-oskrbo sami zagotavljamo pomoč, smo lahko v vseh starostnih obdobjih samostojni in aktivni, brez strahu pred padci. Samostojnost pa nam vliva dodatno samozavest in občutek pomirjenosti, da nikogar ne obremenjujemo - da nas naši najdražji ne obiskujejo le zato, ker jih za nas neprestano skrbi, ampak preprosto zato, ker nas imajo radi in bi bili radi v naši družbi.

Odsotnost naših najbližjih vsi še posebej občutimo v obdobju razglašene epidemije, ko smo prisiljeni ohraniti socialno distanco, da zavarujemo naše zdravje. Zahvaljujoč sodobni tehnologiji pa smo lahko povezani na daljavo, z E-oskrbo tudi v primerih, ko potrebujemo pomoč.

Ostanimo varni, ostanimo aktivni in ostanimo samostojni.

Več informacij o storitvi E-oskrba je na voljo na spletni strani Telekoma Slovenije:

<https://www.telekom.si/zasebni-uporabniki/ponudba/e-oskrba>.

E-OSKRBA MI LAHKO REŠI ŽIVLJENJE.

Storitev E-oskrba zagotavlja **24-urno povezavo** s centrom za pomoč na daljavo in **takojsnje proženje klica na pomoč s pritiskom na gumb** na obesku ali na varovalni enoti v primeru padca ali slabosti.

ŽE OD
21,40 €*
/ mesec

ZNIŽAJTE CENO S
SUBVENCIJO
OBČINE*

E-oskrbo enostavno naročite s klicem na številko **080 8000** ali obiščite **www.telekom.si/e-oskrba**.



www.telekom.si/e-oskrba

TelekomSlovenije

*Predlagamo, da preverite ali vaša občina sodeluje v projektu Varni in povezani na domu ter zagotavlja delno ali celotno subvencioniranje storitve E-oskrba, s čimer je storitev za uporabnike lahko celo brezplačna. Za nove naročnike Osnovnega paketa E-oskrbe, ki od 1. 2. do 31. 5. 2020 sklenejo naročniško razmerje z vezavo za 24 oz. 12 mesecev, velja akcijska ponudba, in sicer 6 mesecev 3,00 EUR popusta ob vezavi za 24 mesecev oz. 3 mesece 3,00 EUR popusta ob vezavi za 12 mesecev (redna cena Osnovnega paketa je 24,40 EUR na mesec). Za nove naročnike velja tudi brezplačna namestitve opreme in vzpostavitev priključka (redna cena je 61,00 EUR). Cene so v EUR z DDV in zaokrožene na dve decimalki. Za več informacij o ponudbi obiščite www.telekom.si ali pokličite 080 8000. Telekom Slovenije, d.d., Ljubljana



Dnevi
medgeneracijskega
sožitja

ZDUS
zveza društev upokojencev slovenije

Me
Ko
S
MEDGENERACIJSKA
KOALICIJA
SLOVENIJE

Akcija - reakcija

Gotovo se spominjate koliko hude krvi so povzročili državni funkcionarji, ko so si teden dni po razglasitvi epidemije, dvignili plače za 30%. Na ZDUS so telefoni skoraj pregoreli. Prav zato smo spisali apel k preklicu tega ukrepa in ga poslali odgovornim v državi. Po udarili smo, kako je to mogoče, ko veliko državljanek in državljanov izgoreva, je dnevno izpostavljeno možnosti okužbe in mnogi med njimi še niso vedeli, ali bodo plačo sploh dobili, medtem pa so si najvišji državni uslužbenci odrezali zajeten kos pogače. Opozorili smo jih tudi na naše neusklajene pokojnine, dolg za nazaj od leta 2010 - 2016 je še vedno 5,6% in kako bodo rešili ta Gordijski vozec z izplačili tekočih pokojnin in usklajevanje? O tem seveda piše v uvodniku naš predsednik, vendar smo generacija, ki je mnogo vlagala in zgradila, omogočila brezplačno izobraževanje vsem, ki so se želeli izobraževati, vzpostavila sistem javnega zdravstva ki je dostopno vsakemu žepu, **zato se čutimo odgovorne in zaskrbljene, kakšna usoda čaka naše otroke in vnuke!**

Citiram: »Včeraj, 19.3.2020, ste si funkcionarji nove Vlade RS zvišali plače oziroma kot ste povedali za medije in družbena omrežja, ste si določili plačilne razrede, ki so v tem, za vas izrednem stanju, najvišje možno določeni. Še dlje ste šli! Dali ste zeleno luč tudi nekaterim javnim uslužbencem, da si zvišajo plačne razrede na najvišje. Izjava ministra, da ste enako izpostavljeni kot zdravniki, medicinske sestre, trgovci, lekarnarji, delavci, reševalci, gasilci, **prostovoljci, in še bi lahko naštevali, je Nedopustna!**«

In kaj se je zgodilo v dveh dneh? Znižali so si plače! Znižali so jih tudi funkcionarjem in tistim, ki so prišli v ta paket. Sočasno pa je Vlada podala predlog za krizni dodatek, **ki smo ga predlagali tudi mi**. Končno je bil usklajen predlog za najranljivejše skupine upokojencev, ki s pokojnino ne dosegajo ali pa malenkostno presegajo prag revščine, ki je 662 evrov, zato bodo prejeli enkratno izplačilo dodatka.

- pokojnina do 500 evrov, 300 evrov kriznega dodatka
- pokojnina do 600 evrov, 230 evrov kriznega dodatka
- pokojnina do 700 evrov, 130 evrov kriznega dodatka

Obveščeni smo, da bo izplačilo 30.4.2020. Krizni dodatek ne posega v pokojninsko blagajno! Želeli smo pomagati ljudem v stiski in ne, da bi kdorkoli mislil, da kdo od nas v vodstvu ZDUS misli nase! Gledali smo širše. **Da ga dobijo tisti, ki so dodatka zares potrebni.**

Žal pa nikoli ni za vse prav in smo tu in tam bili deležni tudi kritik, čeprav pa v večini primerov zahvale.

Kot druge NVO smo tudi mi izrazili protest glede omejenega odprtja trgovin in bili pri tem delno uslišani, saj vemo da je dopoldanski čas od 8 -10 ure prekratek. Optimalno bi bilo do 12. ure, popoldan pa že v marsikateri trgovini zmanjka določenih prehranskih artiklov in moramo pobrati tisto, kar ostane. Kruh, meso, prebrano sadje in zelenjava...!

Podprli smo poziv **Skupnosti socialnih zavodov Slovenije**, ki se je nanašal na zahtevo po strokovno utemeljenih ukrepih, ki morajo biti izvedeni zaradi kadrovskih, prostorskih in drugih zmožnostih v Domovih za starejše. Podpisali smo zahtevo, da morajo biti stanovanjci v domovih varni in da se morajo obravnavati na področju zdravstvenih storitev enako kot vsi drugi državljani in državljanke Slovenije.

Vsa obvestila in priporočila ki so na voljo, objavljamo na naših spletnih straneh, prav tako pošiljamo sporočila po e-pošti vsem našim sodelavcem, ker sami veste, da so PZDU in DU začasno zaprli svoje pisarne. Prepričani smo, pa tudi vidimo in slišimo, da se med seboj dobro obveščate po telefonu. Hvala vam!

Sproti spremljamo stanje v državi, zato smo se 8.4. ponovno sestali na ZDUS in od **torka 14. aprila bo naša sodelavka Dijana redno prisotna na ZDUS od 8. do 15. ure**. Nekaj sodelavk gre na čakanje, večina jih dela od doma, nekaj pa jih imamo žal, v bolniškem staležu. Vsem želimo zagotoviti sodelovanje in odgovore na vaša vprašanja, ki se pojavljajo dnevno. Kje se nahajamo pa tako veste! ZDUS nikoli ne spi, kajne!?

Pazite nase in prisrčen pozdrav!

Vera Pečnik, podpredsednica ZDUS

Zveza društev upokojencev Slovenije ZDUS se prisrčno zahvaljuje posameznikom in vodstvom tistih podjetij, ki so brez pomisleka priskočili na pomoč našim prostovoljkam in prostovoljcem programa Starejši za starejše, da lahko nemoteno sami izdelujejo in brezplačno delijo zaščitne maske tudi drugim občanom in tistim prebivalcem, ki si jih sami ne morejo ne kupiti ne narediti.

Na tem mestu se zahvalujemo Odeji Škofja Loka, Svet metraže iz Ljubljane, More than Beauty ob sodelovanju Katapulta, podjetja Dewesoft iz Trbovelj in številnim drugim, ki so priskočili na pomoč z rjuhami, prti in drugimi tekstilnimi izdelki, ki so v teh časih dobili novo vrednost.

Vsem upokojencem in upokojenkam sporočamo, da bo "Krizni dodatek" najranljivejšim prejemnikom pokojnin izplačan z aprilsko pokojnino, dne 30. aprila 2020.

Dobro je vedeti - Virusi

Virus ni živ organizem temveč beljakovinska molekula (DNK), ki jo pokriva zaščitna plast lipidov (maščob), ki ob absorpciji celic sluznice oči, nosu ali ustnic spremeni svoj genetski kod (mutacijo) in se spremeni v agresorske in množilne celice.

* **Ker virus ni živ** organizem ga ne moremo »ubiti,« le razgradimo ga lahko. Čas razpadanja je odvisen od temperature, vlažnosti in vrste materiala na katerem se nahaja.

* **Virus je zelo krhek**; edina stvar ki ga ščiti, je tanka plast maščobe! Zato sta milo ali detergent najboljše sredstvo, ker pena raztaplja maščobo. Prav zato je potrebno militi roke, (vsaj 20 sekund ali več) da se naredi veliko pene. Z raztapljanjem plasti maščobe se beljakovinska molekula razprši in razgradi.

* **Toplota topi maščobe**; zato je priporočljiva uporaba vode nad 25 stopinj Celzija za umivanje rok, oblačil in drugih pripomočkov. Poleg tega, topla voda naredi več pene, zato je še bolj uporabna.

* **Alkohol, z več kot 65%**, razkroji vse maščobe, še posebej zunanjo, lipidno plast virusa.

* **Mešanica z 1 delom belila** (varikine) in 5 deli vode, beljakovine popolnoma razkroji.

* **Oksigenirana voda** pomaga po miljenju rok, alkoholu in kloru, ker peroksid raztaplja beljakovine virusa, a morate uporabljati čistega, saj le tak učinkuje na koži. Oksigenirana voda je voda, ki ima v sebi raztopljenega nekoliko več kisika. Vsaka voda, ki je bila izpostavljena zraku je na nek način "oksigenirana". Pri sobni temperaturi in normalnem zračnem tlaku je v 1L vode raztopljenega približno 8 mg kisika. To količino lahko povečamo, če povečamo parcialni tlak kisika (pO₂).

* **Nikoli ne stresajte oblačil**, rjuh ali drugih oblačil. Na porozni površini se virus razgradi v treh urah (tkanina), v štirih na lesu, v 24 urah na kartonu, 42 urah na kovini in 72 urah na plastiki. Če pa ga stresete, molekule virusa lebdiijo v zraku do treh ur in jih zlahka vdihnete.

* **virusne molekule ostanejo stabilne** na mrazu ali umetnem hladu, kot so klimatske naprave v domovih in avtomobilih. Prav tako potrebujejo vlago in temo, da ostanejo stabilne. Zato ga suha, topla in svetla okolja hitreje razgradijo.

* **UV svetloba razgrajuje beljakovine virusa.**

* **Virus ne more prodreti v telo, če je koža zdrava.**

* **Kis kot razkužilo ni uporaben, saj ne razgradi zaščitne plasti maščobe.**

* **Alkoholne pijače** (žganje, konjak) vsebujejo okoli 40% alkohola, kot razkužilo pa učinkuje šele ob vsebnosti nad 65%. Torej, uživanje alkohola kot razkužila odsvetujemo!

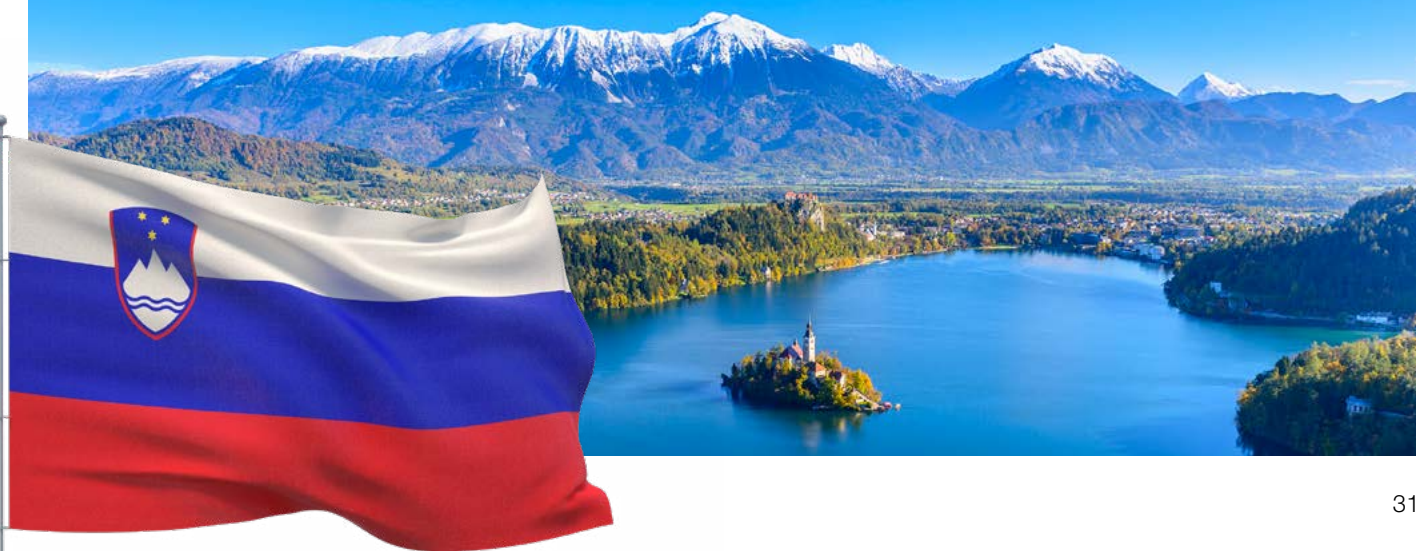
* **Bolj ko je prostor zaprt, večja je v njem koncentracija virusa.** Prostore je zato potrebno redno in večkrat prezračevati!

* **Umivajte si roke** pred in po dotiku sluznice, hrane, ključavnic, gumbov, stikal, daljinskega upravljalnika, mobilnega telefona, ure, računalnikov, pisarniškega materiala, televizije itd., **Enako velja pri uporabi kopalnice!**

* **Suhe roke redno hidrirajte s kremo**, saj se lahko molekule skrijejo v nevidne razpoke. Čim debelejša je plast kreme, tem boljša je zaščita.

* **Poskrbite tudi za nohte!** Krajši kot bodo, manj virusov bo skritih v podnohtju!

Pred prihajajočimi prazniki, vodstvo ZDUS čestita vsem upokojenkam in upokojencom ob mednarodnem prazniku dela, 1. majem, v želji, da ga preživite kar se da veselo, a varno, prav tako pa vam čestitamo ob 9. maju, dnevom osvoboditve in koncu 2. svetovne vojne, ki je hkrati tudi Dan Evrope.





NEZGODNO ZAVAROVANJE STAREJŠIH

Za večjo finančno varnost v zrelih letih

Olajšajte življenje sebi in svojim najbližjim v primeru nezgode.

Vsaka poškodba lahko v hipu bistveno spremeni vaše življenje. Ob morebitni nezgodi vam izplačana sredstva omogočajo nakup pripomočkov, plačilo rehabilitacije in prilagoditev življenjskih razmer novonastalim potrebam ter olajšajo življenje vam in vašim najbližjim.

www.vzajemna.si  **080 20 60**

Vzajemna, d.v.z., Vošnjakova ulica 2, Ljubljana. Vsa zavarovanja se sklepajo po veljavnih pogojih Vzajemne, d.v.z.



VZAJEMNA
zdravstvena zavarovalnica