



## Upokojenci, združimo znanje in moč

Skrb za upokojence in njihove pravice do spodobnega življenja je osnovna naloga ZDUS-a. Novo vodstvo mora prevzeti večjo iniciativo za uveljavljanje pravic upokojencev predvsem zaradi minulih napak pri lastninskem preoblikovanju, odtujenem nekdanjem družbenemu kapitalu in slabitvi oziroma odtujitvi sredstev iz pokojninske blagajne že pred 20 leti. Pri razvoju in bogatenju družbene lastnine so pred osamosvojitvijo Slovenije močno sodelovali prav zdajšnji upokojenci, ki pa ne dočakajo tolikokrat omenjene blaginje. V ZDUS-u se zavedamo svojega poslanstva, zato bomo močno podpirali društveno aktivnost po vsej Sloveniji. Aktivnosti, ki jih izvajajo še vedno vitalni člani v društvih upokojencev: šport in rekreacija, kultura, medsebojna in medgeneracijska druženja, izletništvo in podobno. Obenem moramo okrepiti izredno pomembno humanitarno dejavnost, v društva pa pritegniti nove člane, predvsem intelektualce z višjimi pokojninami, da bomo močnejši pri aktivnostih za pomoč upokojencem.

Kot največja civilno-družbena organizacija v Sloveniji se moramo vseskozi zavedati, da je v naši državi preko 600.000 upokojencev, od katerih je skoraj 40 % socialno ogroženih predvsem zaradi nizkih prejemkov. Poleg tega se višina pokojnine zmanjšuje in znaša samo še 54 % povprečne plače v državi. Napovedana uskladitev pokojnin v letu 2016 za leto 2015 v višini 0,7 %, kar predlaga vlada, je po 7 letih neusklajevanja pokojnin sramotno dejanje. Državo bo administracija stala več kot uskladitev. Računamo na modro potezo vlade, da bo preučila položaj upokojencev in predlagala, naj tisti na robu preživetja dobijo več, če zakonodaja to dopušča. Po zakonu o uravnoteženju javnih financ

so oprostitev, obračun in plačilo dohodnine kot olajšave za stare nad 65 let ukinili in pravično bi bilo, da to država ponovno uvede. Zakon o dolgotrajni oskrbi nastaja že več let. Morda bo, ko bo sprejeta Resolucija o zdravstvu, končno prišel v parlamentarno obravnavo. Ne vem, zakaj so koalicijske pogodbe podpisane, če se jih partnerji ne držijo. Ministrstvo za zdravje je pripravilo osnutek Resolucije o zdravju. Pristojna komisija pri ZDUS-u je podala veliko pripomb, kakšne učinke smo dosegli, pa ne vemo. Nismo bili seznanjeni s tem, kako bo potekalo financiranje zdravstva v bodoče. Ne bi bilo dobro, če bi ukinili dopolnilno zdravstveno zavarovanje, ker nimamo ustrezne alternative.

V ZDUS-u bomo spremljali sprejemanje zakonodaje v državnem zboru, posebej tiste, ki vpliva na življenje upokojencev. Pospešiti moramo aktivno državljanstvo ter se srečevati s poslanci in poslanskimi skupinami. Skupno nastopanje z drugimi organizacijami in civilnodružbenimi skupinami – kot so na primer sindikati in Mladinski svet v smislu medgeneracijskega sodelovanja – preko državnega zbora in državnega sveta lahko rodi sadove. Še kako smo veseli gospodarske rasti! Vlada bi morala poleg tekoče podpore aktivnemu gospodarstvu nameniti veliko več pozornosti kar naprej opevanim možnostim razvoja pridelave in predelave zdrave hrane, uporabe lesne mase in njene predelave ter turizma. To bo podlaga razvoja za višji domači bruto proizvod in s tem boljše polnjenje državne blagajne, da bo zagotavljala sredstva za zdravstvo, socialo, izobraževanje, kulturo ter strpno izplačevanje in povišanje pokojnin.

*Janez Sušnik*



## Vsebina

Upokojenci, združimo znanje in moč . . . . .	1	Komisije ZDUS v tem mandatu . . . . .	8
Stopnja tveganja revščine v Sloveniji nespremenjena . . . . .	2	40. srečanje pevskih zborov . . . . .	9
Presežki 15. F3ŽO . . . . .	3	Srečanje prostovoljcev s Celjskega . . . . .	9
Britanska politika gradi družbo za vse starosti . . . . .	4	Pagled pa dalin . . . . .	10
Dvojni status upokojenca . . . . .	5	Srečanje prostovoljcev Dolenjske in Severne Primorske . . . . .	10
Kako uporabljati eRecept in eNaročanje . . . . .	7	Tekmovanje upokojencev v Brezovcih . . . . .	11
Županovo posvetovalno telo za starejše . . . . .	7	Srečanje prostovoljcev Posavja . . . . .	11
Življenje z osebami z demenco . . . . .	8	RAZPIS ZA 5-dnevne rokodelske delavnice Delfin . . . . .	13
Partnerji projekta kooperative v Ljubljani . . . . .	8	Pri Slovencih v Srbiji . . . . .	15



# Stopnja tveganja revščine v Sloveniji nespremenjena

Po septembrskih podatkih Statističnega urada Republike Slovenije je bila stopnja tveganja revščine v letu 2014 enaka kot v prejšnjem letu. V Sloveniji je pod pragom tveganja revščine 14,5 % ali približno 290.000 oseb.

Če v dohodek ne bi šteli socialnih transferjev (družinskih in socialnih prejemkov), bi stopnja tveganja revščine znašala 25,1 %, kar kaže na velik vpliv socialnih transferjev na zniževanje stopnje tveganja revščine. Zaradi načina zajemanja podatkov se sicer podatki Statističnega urada nanašajo na dohodke prebivalstva iz leta 2013.

Po podatkih Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti imamo v Sloveniji učinkovit sistem socialnih transferjev. To potrjujejo tudi podatki Statističnega urada ob poročilih o ka-

zalnih revščine, saj socialni transferji tveganje revščine skoraj razpolovijo. K reševanju stisk veliko pripomorejo tudi humanitarne organizacije, ki dopolnjujejo javno socialno mrežo. S tem namenom ministrstvo preko Sklada za materialno ogrožene zagotavlja pomoč v obliki hrane. Nudjenje nefinančne pomoči najbolj ogroženim osebam v obliki hrane in osnovne materialne pomoči pomembno prispeva k odpravi najhujših oblik revščine. Razdeljevanje hrane izvajata partnerski organizaciji Rdeči križ in Slovenska Karitas.

Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti sporoča, da je letos pripravilo tudi paket pomoči za socialno najšibkejše, ki vključuje tri ključne ukrepe: odpis dolgov, pomoč ob deložacijah in uvedbo predplačniške kartice.

# Presežki 15. F3ŽO

**Med že 15. Festivalom za tretje življenjsko obdobje (F3ŽO) od 29. septembra do 1. oktobra, mednarodnega dne starejših, je Cankarjev dom pokal po šivih. Medgeneracijsko druženje je zaživelo v polni meri, čeprav je bilo seveda največ starejših, ki so pokazali svoje bogato znanje, izkušnje, vitalnost in srčnost. Številne novosti in dogodki na mednarodni ravni so dokaz, da vseživljenjsko učenje in aktivno staranje nista le fraza.**

Več kot 200 dogodkov, od tega 80 izobraževalnih in 120 kulturnih, z 2000 sodelujočimi, si je ogledalo 15.000 obiskovalcev. Strokovni program je sestavljalo 9 dogodkov in okroglih miz ter konferenci prvega mednarodnega dne »Kako do aktivnega staranja?« in »O celovitih strategijah staranja«. Festivala so se udeležili predstavniki zvez društev upokojencev in drugih organizacij iz 10 držav. Razpisanih je bilo 6 natečajev, med njimi tudi prenovljeni medgeneracijski, likovni, literarni in fotografski natečaj za otroke in starejše ter novi natečaj za »naj humorista«.

Festival vedno znova ruši stereotipe o starejših kot bremenu družbe, ki odžirajo delo mladim ali ždiyo doma na račun aktivnega prebivalstva. Žal mnogi mediji in politiki še vedno ne dojemajo, da upokojenci zmorejo in hočejo aktivno sodelovati v vseh postopkih odločanja o njihovi usodi in da z medsebojno pomočjo, še posebej v ZDUS-ovem projektu Starejši za starejše, ter s pomočjo, ki jo nudijo otrokom in vnukom, za težke milijone razbremenjujejo državno blagajno. Zato so tako festival kot vse manifestacije strokovnega znanja, vitalnosti in veščin starejših tako pomembni. Organizatorji se zahvaljujemo vsem, ki so podprli festival, tako vladnim kot nevladnim organizacijam, društvom, zvezam, ustanovam, podjetjem, prostovoljcem in drugim posameznikom. Nasvidenje na 16. F3ŽO prihodnje leto v Cankarjevem domu!

N.D., STA



*Predsednik ZDUS Anton Donko s sodelavci je pripravil sprejem za predsednike in druge predstavnike organizacij upokojencev iz Italije, Avstrije, Madžarske, Bolgarije, Srbije, Črne Gore, Makedonije ter Bosne in Hercegovine, na katerem so predstavili svoje organizacije in probleme upokojencev. Gostom so predstavili pobudo, da bi F3ŽO postal mednarodna prireditev, saj so njegove vsebine zanimive za Evropo in svet. Že prihodnje leto se bodo na festivalu dogovorili tudi o skupnih akcijah z gostujočimi organizacijami iz tujine.*



*ZDUS-ov kotichek je zanimal mlade in stare.*



*Festivalska kuhinja je pritegnila številne obiskovalce ...*



*Veterana festivala, zakonca Dragoš iz Vojne vasi v Beli krajini, sta se iz Črnomlja pripeljala z vlakom. Za hip sta se pomudila v družbi ambasadorke letošnjega festivala Ane Ostrman in predsednika ZDUS Antona Donka.*

# Britanska politika gradi družbo za vse starosti



**V Veliki Britaniji (VB) so v zadnjem desetletju izdali že dva vladna dokumenta z načrti o ustvarjanju družbe za vse starosti. Angleži se zavedajo pomena starejših volivcev, zato jim vsaka nova garnitura v vladni palači napiše, kako bo izboljšala položaj starejših. Žal analize izvedbe obeh programov niso na voljo.**

Prvi dokument iz leta 2005 se imenuje **Starost kot priložnost, srečajmo se z izzivi staranja v 21. stoletju**. Uvod je napisal takratni predsednik vlade Tony Blair. Drugi dokument je iz leta 2009 z naslovom **Gradimo družbo za vse starosti**. Zanj je uvod napisal predsednik vlade Gordon Brown. Poudaril je, da mora družba v VB sprejeti spremembe, da bodo starejši lahko izbirali, kako dolgo bodo delali in imeli dostop do zdravstvenega varstva, da bodo lahko dlje živeli kakovostno in se vključevali v življenje lokalne skupnosti.

Pripravljajo radikalno spremembo pokojninskega sistema, v katerem ne bo imel noben upokojenec manj kot 705 € mesečnega prihodka. Načrtujejo spremembo starosti ob upokojevanju. Podatki nakazujejo, da bi lahko podaljšana delovna doba, neobremenjena s predsodki o starosti, državi prinesla velik gospodarski uspeh in ekonomsko rast. Izkoristiti morajo vse človeške potencialne ne glede na starost, če si hočejo zagotoviti varno ekonomsko bodočnost. Treba bo opustiti stereotipe o starejših in se soočiti s predstavami, kaj pomeni staranje. Družbo za vse starosti lahko zgradijo le s skupnimi močmi posameznikov, družine, lokalne skupnosti, vladnih in nevladnih organizacij ter gospodarstva. Uvodne besede so napisali tudi ministrica za pokojnine in starajočo se družbo, minister za zdravstvo in minister za lokalno samoupravo. Dokument sestavlja devet ključnih točk.

## 1. Izboljšanje življenja v starosti

Britanci se že od leta 1997 trudijo izboljšati kakovost življenja starejših. Prvič so dosegli, da upokojenci niso najbolj ogroženi z revščino. Starejši lahko delajo dlje, so najhitreje rastoča skupina delavcev. Več kot 1,3 milijona ljudi dela v starosti, ki je presegla starost za državno pokojnino.

## 2. Izziv za družbo in vizija za bodočnost

Potrebne bodo kulturne spremembe, da bodo lahko zgradili

družbo za vse starosti. Pripravili so zakon o enakosti (Equality Bill), ki bo odpravil starostno diskriminacijo v servisnih dejavnostih, dve pokojninski reformi sta omogočili pravično in lažje varčevanje za starost, pripravljajo zeleno knjigo o potrebah po negi starejših. Seveda pa zakoni sami ne bodo mogli izboljšati položaja starejših. Potreben je premik v družbenem odnosu do starosti, saj starost ne sme biti več sprejeta kot odvisnost in izključenost.

## 3. Naj bo starost taka, kot jo želite

Za kakovostno starost sta zelo pomembna dobro načrtovanje in priprava na starost. Britanci so pripravili interaktivni program 'one stop shop', ki bo pomagal ljudem srednjih let sprejemati odločitve na finančnem in zdravstvenem področju.

Pripravili so paket 'Aktiven pri šestdesetih', ki vsebuje vrsto informacij o možnostih zdravega in aktivnega staranja. Tako so leta 2009 starejšim v Veliki Britaniji omogočili brezplačno plavanje in brezplačne prevoze v mestnem prometu. Razmišljajo o uvedbi pametne kartice all-in-one-card, ki bo starejšim omogočila dostop do različnih programov v lokalni skupnosti. Omogočili jim bodo tudi veliko programov doživljenjskega učenja, mednje sodi npr. odprtje praznih trgovskih prostorov na prometnih ulicah za izobraževalne dogodke.

## 4. Starejši so jedro družine

Načrtujejo zeleno knjigo o družinah in zvezah, kjer bodo iskali metode, kako bolj podpreti družinske člane, da bi se lahko različne generacije več družile med seboj. Ljudem v oskrbovanih stanovanjih bodo nudili IKT tečaje. Za neformalne negovalce bodo pripravili tečaje in jim nudili svetovalce, ki bodo svetovali v individualnih primerih. Leta 2009 so izvedli tudi srečanje starih staršev (grand parents summit), na katerem so se pogovarjali o spremenjeni vlogi starih staršev in o tem, kakšno posebno pomoč potrebujejo, zlasti t.i. sendvič generacija, ki skrbi tako za otroke kot za starše.

## 5. Prispevek starejših v gospodarstvu

Vsem, ki želijo delati dlje kot do starosti, predvidene za upokojitev, bodo to omogočili, ob tem pa promovirali fleksibilne

možnosti izobraževanja gospodarstvenikov za delo s starejšimi delavci. Ekspertna skupina za inovacije in rast bo pomagala iskati gospodarske možnosti za vključevanje starejših delavcev ter promovirala starosti primeren dizajn in servisne dejavnosti.

#### 6. **Izboljšati finančno podporo**

Z novo pokojninsko reformo bodo zmanjšali neenakosti v pokojninah. Ponovno bodo uvedli povezavo med državno pokojnino in varčevanjem. Veliko pričakujejo od uvedbe privatnih zavarovanj. Še vedno pa bo morala vlada poskrbeti za socialne dodatke ljudem z najnižjimi pokojninami.

#### 7. **Boljša javna servisna služba v starosti**

Družba za vse starosti bo morala prepoznati potrebe starejših in glede na njihove potrebe reorganizirati javno servisno službo. Predvsem bo treba uvesti preventivne mere, ki rešujejo probleme, preden nastanejo, zato bodo pripravili Paket preventivnih zdravstvenih ukrepov, ki bodo vključevali skrb za noge, preprečevanje padcev, preprečevanje inkontinence, depresije in artritisa. Zelena knjiga o negi in oskrbi bo prinesla tudi novo vizijo bodoče socialne oskrbe in podpore.

Pripravili bodo program 'Dober prostor za staranje' z nacionalnim soglasjem o promociji tem o staranju v lokalni skupnosti. Ustanovili bodo nov državni Svetovalni forum, ki bo svetoval ministrom o dodatnih korakih za izboljšanje kakovosti življenja in neodvisnosti v starosti.

#### 8. **Izgradnja lokalne skupnosti za vse starosti**

Starejši ljudje pogosto držijo pokonci lokalne skupnosti s prostovoljnimi delom, z nego svojcev in aktivno vlogo v življenju soseske. Vlada VB bo pripravila 5,5 milijona funtov vreden program 'Medgeneracijsko sožitje', ki ga bo izvajala po vsej državi s ciljem premagati stereotipe o starosti. Razmišljajo, kako bi med seboj pomešali starejše in mlajše generacije. Pripravljajo tudi Program vožnje za življenje, ki naj bi osvežil vozniške sposobnosti starejših voznikov.

#### 9. **S skupnimi močmi zgraditi družbo za vse starosti**

Vsakdo se mora vključiti v aktivnosti za družbo vseh starosti, ker se vsi staramo. Vsakdo se bo moral soočiti z načrtovanjem za starost, pri tem pa mu morajo pomagati družina, država in lokalna skupnost. Pri vseh načrtovanih programih so navedli tudi konkretne zneske, ki jih bodo porabili za pripravo in izvedbo programov. Ob pripravi dokumenta so imeli po vsej Veliki Britaniji široke razprave. Dokument predstavlja korak naprej pri uvajanju družbe za vse starosti. Posebej so izdelali izvedbeni načrt, v katerem so zapisali, kako in kje bodo izvedli določen program.

*dr. Mateja Kožuh Novak, dr. med.,  
strokovna voditeljica projekta Starejši za starejše*

# Dvojni status upokojenca – nosilca samostojne dejavnosti

**Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti je na svoji spletni strani objavilo in dalo v javno razpravo besedilo Predloga o spremembah in dopolnitvah ZPIZ-2. Predlagana je uvedba možnosti dvojnega statusa, na podlagi katerega se omogoča nadaljnje delo upokojenec, ne glede na status zavarovanca.**

Predlog zakona spreminja ureditev, po kateri statusa zavarovanca in upokojenca načeloma nista združljiva, in sicer na način, da prenehanje zavarovanja za pridobitev starostne ali predčasne pokojnine ni več obvezno v primerih, ko gre za uživalce starostne ali predčasne pokojnine, ki so dopolnili 65 let oziroma starostni pogoj iz tretjega odstavka 27. člena ZPIZ-2. Starostni in predčasni upokojenca, ki bodo začeli ali nadaljevali delo ali dejavnost po 65. letu starosti oziroma ob dopolnitvi starostnega pogoja iz tretjega odstavka 27. člena ZPIZ-2, bodo tako pridobili lastnost zavarovanca, se vključili v sistem kot zavarovanci in plačali polne prispevke.

Pred 65. letom starosti oziroma pred dopolnitvijo starostnega pogoja iz tretjega odstavka 27. člena ZPIZ-2 bo kombiniranje dela in upokojitve kot do sedaj možno le v obliki delne pokojnine ali z reaktivacijo oziroma s t.i. ponovnim vstopom v zavarovanje. Ureditev delne pokojnine se spreminja, saj se razširja možnost uveljavljanja le-te, in sicer se dopušča uveljavljanje delne pokojnine tudi v primeru, ko posameznik ostane v obveznem zavarovanju v obsegu, ki ustreza sorazmernemu delu časa, vendar najmanj dve uri dnevno oziroma deset ur tedensko.

Kot posledica spremenjene ureditve dvojnega statusa in delne pokojnine se spreminja tudi ureditev ponovnega vstopa v zavarovanje tistih posameznikov, ki so se predhodno že v celoti upokojili. S prehodno določbo se omogoča ohranjanje samostojne dejavnosti tistih upokojenec, ki so uveljavljali izvzem iz zavarovanja po ZPIZ-1 in svojega statusa še niso bili dolžni uskladiti z novo zako-

nodajo, vendar ob pogoju, da se obvezno zavarujejo in plačujejo polne prispevke. Brez spremembe zakonodaje bi te osebe sicer morale uskladiti svoj status do 31.12. 2015.

Predlaga se skrajšani postopek obravnave zakona v Državnem zboru Republike Slovenije, ker gre za ureditev dvojnega statusa v povezavi z določbami Zakona o matični evidenci zavarovancev in uživalcev pravic iz obveznega pokojninskega in invalidskega zavarovanja, ki omogočajo ohranjanje dvojnega statusa za upokojenca, ki so uveljavljali izvzem iz zavarovanja po zakonodaji, veljavni do 31. 12. 2012. Vse osebe, ki tako skladno zakonito ohranjajo samostojno dejavnost, pa bodo lahko to opravljale samo še do 31. 12. 2015. Po tem datumu se bodo dolžne vključiti v obvezno zavarovanje ali pa bodo morale za prejetje pokojnine prenehati opravljati samostojno dejavnost. Spremembe določb o možnosti dvojnega statusa je zato potrebno sprejeti in uveljaviti pred tem datumom, saj bodo v nasprotnem primeru te osebe morale zapreti svoje samostojne dejavnosti, s čimer so lahko povezane tudi izgube zaposlitve delavcev, ki jih taki upokojenca zaposlujejo, oziroma bodo te osebe prenehale prejemati pokojnino. Zaradi preprečitve nastanka težko popravljivih posledic za te osebe je tako potrebna sprememba ZPIZ-2 in uveljavitev spremembe z dnem, na katerega so v skladu z veljavno zakonodajo ti posamezniki dolžni uskladiti svoje statuse.

Spremembe in dopolnitve zakona ZPIZ-2 se poleg ureditve dvojnega statusa upokojenec nanašajo tudi na ureditev odgovornosti posameznikov za škodo Zavodu za pokojninsko in invalidsko zavarovanje ter ureditev poklicnega zavarovanja.

Na ZDUS-u bomo posebej podrobno proučili spremembe, ki se nanašajo na dvojni status upokojenec. Načeloma pozdravljamo predlagane rešitve, ki pomenijo sistemsko rešitev tega že dolgo odprtega vprašanja.

*B. Kastelic*

# Jesenski oddih *v Delfinu* *v Izoli veseli družbi!*

**Dobrodošlica, notranji bazeni z ogrevano morskovo vodo, telovadba, samopostrežna večerja, ples...**



## **Brezplačen Božičkov avtobus!** **20.12.–27.12.2015**

**Praznujte letošnji božič v prijetni družbi veselih ljudi!**

Odhod avtobusa iz parkirišča pod Halo Tivoli bo od 10. uri, zadnji dan pa bo avtobus iz hotela odpeljal ob 10. uri. 10% popust za člane ZDUS. V času božičnih praznikov en otrok do vključno 12. leta biva brezplačno!

7 x polpenzion

Upokoјenci **238 eur**

Ostali gostje **273 eur**



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

UPOKOJENCI	25.10.– 30.11.15	1.12.– 27.12.15	28.12.– 2.1.15
<b>Penzion v dvoposteljni sobi</b>	<b>41 €</b>	<b>39 €</b>	<b>52 €</b>
<b>Polpenzion v dvoposteljni sobi</b>	<b>36 €</b>	<b>34 €</b>	<b>47 €</b>
OSTALI GOSTJE			
<b>Penzion v dvoposteljni sobi</b>	<b>46 €</b>	<b>44 €</b>	<b>57 €</b>
<b>Polpenzion v dvoposteljni sobi</b>	<b>41 €</b>	<b>39 €</b>	<b>52 €</b>

Doplačila (na dan): enoposteljna soba (11 EUR), turistična taksa (1,27 EUR) in silvestrska večerja. Upokoјenci, ki so člani društva, kluba ali aktiva upokoјencev, imajo **10% popusta na penzijske storitve.**

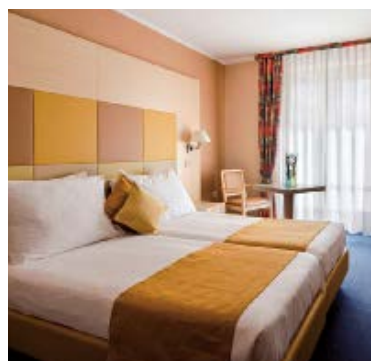
**Odlična  
ponudba**

**DRUGA OSEBA PLAČA SAMO POL!**

30.10. – 5.11.2015      3 x polpenzion      3 x polni penzion

**Dve osebi v dvoposteljni sobi**      ~~210~~ **162 €**      ~~240~~ **185 €**

Dotadni popusti se izključujejo. Doplačila (na dan): turistična taksa (1,27 EUR).



**D**  
**delfin** \*\*\*  
HOTEL

# Kako uporabljati eRecept in eNaročanje, če nimamo dostopa do spleta?

Nacionalni projekt eZdravje prinaša v slovensko zdravstvo elektronske komunikacijske rešitve ter s tem več varnosti in akovosti za paciente, predvsem pa učinkovitosti izvajanja zdravstvenih storitev. Nacionalni projekt eZdravje delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada, udejanja pa ga Ministrstvo za zdravje RS. Z omenjenimi novostmi se bodo uporabniki neposredno srečali pri predpisovanju in izdaji zdravil ter pri naročanju k specialistu na podlagi elektronskih napotnic.

## eRecept z novembrom po celi Sloveniji

Elektronsko predpisovanje in izdajanje zdravil na beli ali zeleni recept zagotavlja večjo varnost in kakovost za pacienta. Storitev eRecept bo po celi Sloveniji nadomestila uporabo papirnih receptov z elektronskimi od 2. novembra 2015 naprej. Za dvig zdravil v lekarnah bomo uporabljali le še kartico zdravstvenega zavarovanja. Ob predpisovanju in izdaji zdravil bosta tako zdravnik kot tudi farmacevt preverila interakcije med zdravili in njihove kontraindikacije.

Pacienti za uporabo storitve eRecept ne potrebujemo dostopa do spleta, saj ta storitev omogoča varno komunikacijo med zdravnikom in farmacevtom v lekarni. Uporabniki receptov bomo občutili spremembo predvsem v tem, da nam ne bo treba več prenašati papirnega recepta. Elektronski recept bo dodatno razbremenil

tiste, ki imajo stalne terapije in uporabljajo obnovljive recepte. Uporabniki s stalnimi terapijami bodo zdravila lahko prevzemali v različnih lekarnah, recepta ne bo treba več deponirati v eni lekarni.

## eNaročanje prehaja iz pilotne faze

Druge storitev, ki je med najbolj pričakovanimi, je eNaročanje. Omogoča elektronsko napotitev in naročanje pacientov na zdravstvene storitve s primarne na sekundarno in terciarno zdravstveno raven ali znotraj sekundarne oziroma terciarne zdravstvene ravni. Postopno uvajanje eNaročanja po Sloveniji se bo začelo novembra letos. Postopek eNaročanja poteka na podlagi izdane elektronske napotnice, ki jo izda zdravnik napotovalec. Pacient bo lahko izbral ponudnika kjerkoli v Sloveniji z v tistem trenutku najkrajšo čakalno vrsto. Vzpostavljeni bosta enotna lista naročanja in nadzorovana čakalna vrsta na nacionalnem nivoju.

Na napoteno zdravstveno storitev se bo lahko pacient naročil sam preko spletnega portala zVem. To bo lahko storil samo s številko kartice zdravstvenega zavarovanja in številko napotnice, lahko pa tudi s kvalificiranim digitalnim potrdilom. Pacienta bo lahko naročil tudi zdravnik napotovalec (ali medicinska sestra).

**Za vse tiste, ki ne bodo imeli dostopa do spleta, pa bo Ministrstvo za zdravje omogočilo tudi naročanje preko klicnega centra.**

## Županovo posvetovalno telo za starejše

Svet za vprašanja starejših občanov (SVSO) v Mestni občini Ljubljana je posvetovalno telo župana Zorana Jankovića, ki deluje vse od njegovega prvega županskega mandata. SVSO je župan Janković ustanovil, da bi lahko strokovno spremljal življenjske razmere in potrebe starejših občanov ter pripravljaj predloge za izboljšanje njihovega položaja v MOL. Naloga sveta je tudi spremljanje programov, namenjenih starejšim, ki jih izvajajo izvajalci za starejše v Ljubljani. SVSO sodeluje pri pripravi gradiv o položaju starejših za potrebe obravnav na mestnem svetu MOL in pri pripravi strategij za vključevanje starejših v socialne mreže MOL na področjih kulture, zdravstva, informatike in podobno.

Od januarja 2011 ga vodi Lada Zei, njena namestnica je prim. dr. Dunja Piškur Kosmač – članica Mestnega sveta MOL, člani pa so: dr. Božidar Voljč, upokojeni zdravnik in politik, izr. prof. dr. Jana Mali, Fakulteta za socialno delo, Jera Grobelnik, direktorica Doma starejših občanov Tabor Poljane, Bojanka Genorio, direktorica Doma starejših občanov Fužine, Liljana Batić, direktorica Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana, upokojena zdravnica dr. Nataša Gabrovec, Lado Leskovar, upokojeni kulturni delavec in Darija Božnik z Oddelka za zdravje in socialno varstvo MOL.

Svet se sestaja dva- do trikrat na leto oziroma po potrebi, kot na primer pri pripravi in obravnavi strategij MOL s posebnim pogledom na življenje starejših. SVSO obravnava na svojih sejah tudi širše – evropsko in slovensko zastavljeno tematiko, ki zadeva starejše, kot jo v nekaterih projektih izvaja tudi ZDUS. Že dvakrat je bil tu predstavljen in obravnavan projekt RESje, na sejo SVSO pa je prišla tudi koordinatorka projekta Starejši za starejše Janja Česnik, ki je sodelovala pri izvedbi raziskave Ugotavljanje potreb starejših na območju MOL, kot jo je izvedla Fakulteta za socialno delo v sodelovanju z ZDUS. Člani sveta so pozvali ZDUS, da se pri raziskavah tesneje poveže s FSD, kar bo v okviru razpisane magistrskega študija Socialno delo s starejšimi ljudmi precej lažje.

Prav tako naj bi se SVSO na pobudo ZDUS povezal z Zavodom za oskrbo na domu.

Toliko za ilustracijo dela županovega posvetovalnega telesa, ki mu organizacijsko in vsebinsko stoji ob strani mestni oddelek za zdravje in socialno varstvo.

Lada Zei



# Življenje z osebami z demenco

**Sodelujte v solidarnostni akciji, pošljite sporočilo SMS s ključno besedo RESJE5 na številko 1919 in prispevajte 5 EUR za ponatis Priročnika „RESJE POTREBUJEMO/JO POMOČ“ in izvedbo drugih dejavnosti projekta RESJE, namenjenih pomoči osebami z demenco in njihovim svojcem.**

**POMEMBNO:** Priročnik, predavanja in izobraževanja, ki jih izvajamo za svojce in prostovoljce, vam bodo dobra podpora pri življenju z osebo z demenco.

## **Najpomembnejše za svojce na kratko**

Pomembno je, da čim več veste o bolezni, predvsem o njenih pojavnih oblikah. Udeležite se predavanj, spodbudite društva, da jih organizirajo.

Osebo z demenco sprejmite takšno, kot je, in ji večkrat povejte, da jo imate radi.

Seznajte se s preostalimi možnostmi osebe z demenco in jih uporabite v vsakdanjem življenju z njo. Upoštevajte nihanja in tudi upadanja sposobnosti!

Poskrbite za varno bivanje osebe z demenco.

Ob problematičnem obnašanju (bes, agresija ...) ostanite mirni in

ne bodite pokroviteljski. Prilagodite se trenutnemu stanju osebe z demenco.

Poskrbite, da bo imela oseba, za katero skrbite, vedno pri sebi domači naslov in vašo telefonsko številko.

Sosedom, prijateljem, znancem in sosedom povejte, da je vaš bližnji obolel za demenco.

Poiščite informacije o vseh oblikah družbene pomoči, obiskih patronažne sestre, možnostih prostovoljske pomoči, dostavi hrane, dnevnem varstvu, družinskem pomočniku ...

Poskrbite zase, razdelite si naloge z družinskimi člani in drugimi svojci, morda s prijatelji, sosedi in sorodniki.

Pozanimajte se za vključitev v skupine za samopomoč, poiščite informacije na spletnih straneh.

Ne pozabite, da ste vi edini, ki lahko uveljavlja pravice oseb z demenco v domovih. Obiskujte jih čim večkrat.

Za nasvete in informacije pokličite **RESJE-ZDUS 051 442 497** oziroma pišite na **resje.zdus@gmail.com**, **http:RESJE.zdus-zveza.si** ali **http:med.over.net**.

*Ana Cajnko, vodja projekta RESJE-ZDUS*

## Partnerji projekta kooperative v Ljubljani

**V okviru projekta kooperative (iCareCoops) smo 8. in 9. oktobra 2015 v Ljubljani gostili sestanek partnerskih organizacij. Naj spomnimo: pri tem projektu raziskujemo možnosti razvoja kooperativ na področju oskrbe starejših in s tem inovativno rešujemo probleme starajoče se družbe.**

Na projektnem sestanku se je zbralo 14 predstavnikov partnerskih organizacij iz Avstrije, Danske, Švice, Belgije in Slovenije, poročali smo o opravljenem delu in se dogovorili o nadaljnjih korakih.

V ZDUS-u smo v začetnem obdobju raziskali primere kooperativ in drugih pobud ter projektov s področja socialnega pod-

jetništva v Sloveniji, opravili intervju s predstavnico socialne kooperative eTRI, pripravili seznam z informacijsko tehnologijo podprtih rešitev na področju oskrbe starejših itd. Na Festivalu za tretje življenjsko obdobje smo sodelovali tudi na okrogli mizi o možnostih delovanja dnevnih centrov aktivnosti starejših po principih kooperativ. Ker je področje kooperativ in socialnega podjetništva pri nas še v razvoju, bomo to področje budno spremljali – prva priložnost bo že konec oktobra na Dnevh socialnega podjetništva v Ljubljani.

*Alenka Ogrin*



## Komisije ZDUS v tem mandatu

UO ZDUS je na 1. redni seji v mandatnem obdobju 2015–2019 imenoval komisije in določil število njihovih članov. Tako bodo v tem mandatnem obdobju delovale naslednje komisije:

- za šport, rekreacijo in gibalno kulturo,
- za izobraževanje, publiciteto in informatiko,
- za gospodarstvo in turizem,
- za zdravstveno varstvo in duševno zdravje,
- za bivanjski standard in pokojninsko politiko,
- za kulturo,

- za tehnično kulturo,
- za kadrovske, organizacijske in statutarne zadeve,
- za socialna vprašanja.

UO ZDUS je imenoval tudi člane Komisije za kadrovske, organizacijske in statutarne zadeve. Predsednica komisije je Karolina Vida Rozman, podpredsednik pa Franc Koščak. Člani komisije so: Ivan Herbert Kukec, Emil Hedžet, Anka Tomiňsek, Martina Kralj in Gabrijela Grafenauer. Komisija bo na prvi redni seji pripravila predloge članov komisij in jih predložila v sprejem UO ZDUS.



# 40. srečanje pevskih zborov

V sklopu 15. Festivala za tretje življenjsko obdobje je bilo 30. septembra v Linhartovi dvorani Cankarjevega doma jubilejno 40. srečanje pevskih zborov DU Slovenije. Na prireditvi, ki je bila vrhunec kulturnega dogajanja na ravni zveze, so nastopili pevski zbori, ki so bili izbrani na posameznih pokrajinskih srečanjih pevskih zborov, da zastopajo svojo pokrajino: MoPZ »Rožmarin« DU Črešnjevec, MePZ »Burja« DU Postojna, ŽePZ »Rimljanke« KD Antona Aškercza Rimske Toplice, MePZ »Vladimir Močan« DU Murska Sobota, ŽePZ DU in MDI Velenje, MoPZ DU Dravograd, ŽePZ DU Metlika, MePZ DU »Ivan Rudolf« Breg Ptuj, MePZ DU Senovo, ŽePZ Generacija '57, MePZ DU Komenda, ŽePZ Društva slovenskih upokojencev za Goriško, MePZ »Slavec« DU Solkan ter združena MoPZ Fran Venturini »Domjo« in Tabor-Opčine Trst. Prireditev je povezovala Nataša Petrovič s Ptuja, ki je pevsko bogat program obogatila z drobci poezije in modrosti. Slavnostna govornica na prireditvi je bila ministrica za kulturo mag. Julijana Bizjak Mlakar, ki je v svojem nagovoru izpostavila, da se Slovenci po številu pevskih zborov uvrščamo v sam svetovni vrh in da se bogastvo slovenske pesmi ohranja s spodbujanjem in podporanjem k vključevanju v pevske zборе. Mag. Bizjak je še poudarila, da je vloga starejših pri tem ključnega pomena, saj so starejši tisti, ki svoje vedenje in znanje ter ljubezen do petja prenašajo na mlajše rodove.

Slednjega se komisija dobro zaveda, saj je na pobudo predsednika prireditev letos posnela tudi RTV Slovenija. V zaključku je svoje misli strnil tudi predsednik komisije Anton Kotar: »S tem se tudi poslavlja Komisija za kulturo v mandatu 2011–2015. Vemo, da

bi lahko naredili še kaj več, kakšno zadevo tudi bolje, a v bistvu imamo kar dober občutek, da smo kulturnemu delovanju starejše generacije nekaj doprinesli! Seveda pa velja iskrena zahvala vsem, ki ste sodelovali, podpirali, spodbujali! To velja tako za vse v društvih kot za vodstvo ZDUS-a!«

Hkrati se zahvaljujemo za sodelovanje vsem članicam in članom komisije, ki so soustvarjali in prispevali k vsem projektom, ki jih je komisija uspela izpeljati v tem obdobju.

*Dijana Lukič in Anton Kotar, predsednik Komisije za kulturo*



## Srečanje prostovoljcev s Celjskega

**Tradicionalno letno srečanje prostovoljcev v programu Starejši za višjo kakovost življenja doma (Starejši za starejše) s Celjskega je bilo tokrat v Vojniku. V ospredju srečanja je bilo izobraževanje, seveda pa je bila to tudi priložnost za sproščeno druženje in izmenjavo izkušenj.**

Zbrane je pozdravila regijska koordinatorica programa **Ivanka Tofant** in predala besedo strokovnjakinjam iz Centra za krepitev zdravja, ki deluje v celjskem zdravstvenem domu. **Marjana Iršič, Barbara Ramšak in Petrina Rosina** so spregovorile o staranju ter o dejavnih tveganja s poudarkom na prehrani in telesni dejavnosti. Napotki za zdravje so bili koristni za prostovoljce, lahko pa jih bodo uporabili tudi ob obiskih starejših sokrajanov. Samo lani so prostovoljci s Celjskega opravili domala devet tisoč obiskov. **Ana Ostrman**, vodja projekta pri ZDUS, jim je izrekla priznanje za opravljeno delo, ob tem pa poudarila pereč problem: „Premalo podpore dobivamo za svoje delo. Samo priznanja niso dovolj – potrebno je zagotoviti pogoje za delo.“ Njen poziv je podprl predsednik DU Vojnik **Ivan Robačar**: „Družba bo morala več prispevati, saj je potreb tistih, ki potrebujejo pomoč, vedno več.“

Med tistimi, ki tudi z dejanji podpirajo projekt SzS, izstopa Občina Štore. Župan **Miran Jurkošek** je v nagovoru poudaril odlično sodelovanje s prostovoljci: „Veliko dela opravite namesto mene in občine. Pred kratkim vas je župnik pri sv. Jožefu v Celju prav pomenoval – Vi ste zlati angelčki!“ Lepih besed je bilo slišati še več. Predsednik celjske PZDU **Silvo Malgaj** je prostovoljce označil za ambasadorje, ki prinašajo starejšim veselje in pomoč. Podpredsednica ZDUS **Vera Pečnik** je v pozdravnem sporočilu zapisala, da so srčnost, pogum in pridne roke prepoznavni znak prostovoljcev v programu SzS, podžupan Vojnika **Viki Štokojnik** pa je

poudaril, da smo starejši v družinah in družbi še vedno potrebni. Lepe misli in besede so zbranim prostovoljcem godile, a niso pozabili, zakaj so se zbrali. Ob zvokih ansambla Prijatelji in pesmi moškega zbora iz Vojnika so prisluhnili še direktorju slovenske banke hrane **Alenu Novitu** ter **Mojci Stopar** iz društva Spominčica Šentjur in **Alenki Vodončnik** iz Centra za pomoč obolelim z demenco (projekt je zaživel v Celju), ki sta spregovorili o vse bolj perečem problemu številnih starostnikov – demenci.

*Milena Brečko Poklič*



# Pagled pa dalin

Dabr dan, dabr dan.

Ah, m'je rože gledate, saj sa rejs še kar l'pe.

Kdu pravte, de ste?

Aja, ad upokojencu? Kga pa hodte, kga bi pa rad?

Kaj me čte hod't gledat. Stara sm, pa sama, nemam nabenga več, vsi sa šli ad duma.

Zakaj ste pa pršli, al ste mi marde kaj prnesli?

Glih takele cukre imam pa rada, mav pečejo, pa sa dobri, bhlonaj.

Pol se pa mav dol usedte, pa mi kaj pavejte.

Kaj mi bo dolgčas, mav gruntam za nazaj, mav molim, mav se jezim, pa mine dan.

Kuham pa n'č, tamlada mi prnese tam iz s'je hiše. Na miza pastav, pa gre.

K dabim pakajcina, tist k država da, prideja tamlad prec puj, pravja, da nucaja za štacuna, pa za elektrika, pa za vse sorte čeke.

Rada bi, de bi mi pustli vsaj kakšn drabiž za u cerku, pa pravja, da boda že un dal.

Pa poštar pride, de mi kaj pavej, včash pride tista kartanažna al kaku že pravja, de mi prnese kakšna zdravila, pa gre.

Nage me balija, de hodit ne morem. Mnde ba že zemla vn vzela. Saj sm že stara, saj že vsi kumaj čakaja, de se jim umaknem.

Pa kar rada živim, paglej kaku rožce cv'to, kaku je l'pu pagledat pa dalin.

N, pa še kaj pridte, de na bom zmeraj sama.

Z mešanimi občutki sem se poslovila. Na spisku sem imela še nekaj predvidenih obiskov. Nisem zmogla več. Kepa v želodcu, zadovoljstvo v srcu. Utrujena sem. Glava je polna.

Doma sedem, da zabeležim le en današnji obisk. Včasih sem v enem dnevu obiskala vsaj 5 ljudi, danes sem zmogla le enega. Razmišljam in si rečem, zakaj pa je meni tega treba, zakaj sem se spustila v to, zakaj trpim, ko mi ni treba, in še cela vrsta vprašanj se mi pojavlja. O družbeni odgovornosti do starejših sploh nočem misliti.

Iz torbe povlečem list, na katerem piše z veliki črkami: **STAREJŠI ZA STAREJŠE ZA VIŠJO KAKOVOST ŽIVLJENJA DOMA.**

Berem:

Cilji prostovoljskega dela:

Najti osamljene, onemogle, osiromašene vrstnike, jim polepšati starost, olajšati stiske.

Nato sledi še pet odstavkov leporečja, kaj storiti, da bo starostnikom lepše.

Na koncu piše s poudarjenim tiskom: »**Danes bom jaz pomagal tebi, jutri bo kdo mlajši pomagal meni. S pomočjo drugim pomagam tudi sebi.**«

Spet razmišljam in se spominjam, da me obiskani v največji meri sprejmejo z velikim veseljem. Z menoj se pogovorijo, potarnajo in se tudi pohvalijo. Včasih jih le poslušam in dobim občutek, da jim je lažje. Vsem kritikam včasih ne verjamem, poslušanje jim zadostuje. V zahvalo me povabijo, naj kmalu spet kaj pridem, ne čez eno leto, čim prej, vsaj čez en mesec.

Misli mi spet zaidejo k danes obiskani mamci. Ko sem pobožala njeno uvelo lice, nama je bilo obema lepo. Stisk izdelane roke me je spomnil na mojo mamo, ki je že pred mnogimi leti odšla. Obide me občutek topline.

Nič več ne pomišljam. Sklenem: še bom šla na obiske.

*Emilija Zaletel*

## Srečanje prostovoljcev Dolenjske in Severne Primorske

Društvo upokojencev Kanal je k projektu Starejši za starejše (SzS) pristopilo leta 2009. V projektu sodeluje 20 prostovoljcev, ki opravljajo to dejavnost v 7 krajevnih skupnostih, ki se razprostirajo v dolini Soče, na njenem desnem bregu na območju kanalskega Kolovrata in levem bregu na območju Banjške planote. V projekt je trenutno vključenih 627 oseb.

Društvo upokojencev Kanal je maja letos organiziralo 7. srečanje prostovoljcev, ki sodelujejo v programu (SzS). Srečanja v športni dvorani Kanal so se udeležili prostovoljci iz Društev upokojencev Ajdovščina, Idrija, Kojsko, Kostanjevica, Miren, Renče, Tolmin, Vipava in seveda naši sosede iz Deskel. Z Dolenjske pa so se pripeljali prostovoljci iz Društev upokojencev Kočevje, Dvor, Dolenjske toplice, Straža, Mokronog, Mirna, Škocjan, Šentjernej, Novo mesto in Veliki Gaber.

Prostovoljci društva smo jim pripravili prisrčen sprejem. Zaigrala jim je godba na pihala iz Deskel, za dobrodošlico pa smo jim ponudili kruh in sol. Nagovorili so jih župan Občine Kanal, predsednik Društva upokojencev Kanal, predsednik PZDU severne Primorske, predsednik PZDU Dolenjske, ravnateljica osnovne šole in koordinatorka projekta NET-AGE. Izrečenih je bilo veliko lepih besed o prostovoljcih in prostovoljstvu, o pomenu prostovoljstva na splošno, zlasti pa o prostovoljstvu pri skrbi za starejšo populacijo.

Po krajšem kulturnem programu smo goste povabili na ogled nekaterih zanimivosti v občini. Dve skupini sta šli na ogled HE Avče in cerkve v Nadavčah, dve na ogled tovarne Salonit Anhovo

in medgeneracijskega centra v Desklah, tri skupine pa so si ogledale Kanal. Sekcija ročnih del iz domačega društva je v avli osnovne šole pripravila razstavo ročnih del. Po okusnem kosilu smo ponovno zavzeli tribune in navdušeno spremljali ustvarjalce iz raznih društev v občini.

Prireditve je vodila neutrudna in vedno izvirna Klelija, ki je z njej lastnimi iskricami popestrila celotno dogajanje. Gostje so bili navdušeni nad organizacijo in pestrim programom. Čudili so se, da imamo toliko dobrih pevcev, plesalcev, harmonikarjev ... Lepo preživet dan smo sklenili s povabilom, naj se vrnejo med nas, da jim pokažemo še druge lepote in znamenitosti naše občine.

*Marija Marinič*



# Tekmovanje upokoјencev v Brezovcih

**V Zvezi društev upokoјencev Slovenije vse leto potekajo tekmovanja v pikadu, šahu, kegljanju, kegljanju s kroglo na vrvcu, balinanju, ribolovu in streljanju z zračno puško. Najboljši s tekmovanj na ravni pokrajinskih zvez se pomerijo na državnih tekmovanjih, ki so v različnih krajih po Sloveniji po izboru Komisije za šport ZDUS. Namen športnih tekmovanj ni le tekmovalni, je predvsem druženje in ohranjanje fizične in psihične sposobnosti starejših. Leto je bilo prvič katero od državnih tekmovanj v Pomurju. Pod pokroviteljstvom občine Puconci ga je organiziralo Društvo upokoјencev Bodonci-Brezovci-Zenkovci.**

Septembra je bilo v Brezovcih 4. državno prvenstvo upokoјencev v kegljanju s kroglo na vrvcu. Sodelovalo je 24 ekip, 12 ženskih in 12 moških. Poleg predstavnikov desetih regij (manjkali so predstavniki severnoprimske, južnoprimske in zasavske regije) so sodelovali še lanske zmagovalci. Ker so bili domačini kot gostitelji prvi v regiji, sta pravico sodelovanja na igrah izkoristili drugi ekipi v regiji, in sicer DU Lendava pri moških in DU Kobilje pri ženskah. Tekmovanje je potekalo na dveh pokritih igriščih za kegljanje s kroglo na vrvcu na upokoјenskem igrišču v sklopu športnega centra v Brezovcih. Novo kegljišče je bilo urejeno s pomočjo Občine Puconci, DU Bodonci-Brezovci-Zenkovci ter z veliko dela članov društva in drugih občanov iz okolja, v katerem društvo deluje.

Športniki so se pred tekmovanjem okrepčali z izdatnim zajtrkom, ki so ga s pomočjo sponzorjev pripravile članice domačega društva. Nekateri obiskovalci oziroma navijači igralcev so se v času, ko njihove ekipe niso tekmoval, odpravili tudi na ogled Goričkega. Zbrane je pred začetkom tekmovanja pozdravil Rudolf Külič, predsednik društva, nastopili so otroci iz vrtca v Brezovcih, zatem pa sta zbrane nagovorila še predsednica PPZDU Murska Sobota Vijola Bertalanč in pokrovitelj tekmovanja župan Občine Puconci Ernest Nemeč. Ekipe so tekmoval pod budnim očesom sodnikov, ki so pridno beležili rezultate. Razlike so bile majhne. Med moškimi ekipami so se na prva tri mesta uvrstile ekipe DU Spodnja Polskava (445 podrtih kegljev), DU Rogoza (421) in DU Šentilj pri Velenju (420). Med posamezniki so največ kegljev podrti Mirko Puklič iz DU Cirkovce, Danilo Krojs iz DU Spodnja Polskava

in Leo Peršak iz DU Rogoza. Med ženskimi ekipami so se najbolj odrezale ekipe DU Marjeta na Dravskem polju (403 podrti keglji), DU Duplek (400) in DU Škale (382). Najboljše posameznice so Nada Ornik iz DU Marjeta na Dravskem polju, Cvetka Lipnik iz DU Škale in Ivanka Kajdič iz DU Duplek.

Srečanje upokoјencev športnikov smo končali s podelitvijo pokalov, medalj, nagrad in spominkov iz Prekmurja. Tekmovalci in navijači so polni lepih vtisov s tekmovanja in z obiska Prekmurja zelo pozitivno ocenili organizacijo in izvedbo tekmovanja, kar nam je v posebno zadovoljstvo.

Zahvaljujem se vsem sponzorjem, ki so nam s sredstvi, izdelki ali delom pomagali pri pripravi igrišča in prostorov ob njem ter izvedbi tekmovanja. Posebna zahvala za podporo gre županu Ernestu Nemeču, podžupanu Ludviku Novaku, Krajevnim skupnostim Brezovci, Bodonci in Zenkovci, Športni zvezi Puconci, Gasilskemu društvu Brezovci in Športno kulturnemu društvu Breza Brezovci. Pri organizaciji tekmovanja in pripravi igrišč moram poleg vseh športnikov in članov društva posebej izpostaviti športnega referenta DU Bodonci-Brezovci-Zenkovci Milana Gujtmana, ki se mu zahvaljujem za požrtvovalno delo.

*Vijola Bertalanč, predsednica organizacijskega odbora*



## Srečanje prostovoljcev Posavja

Prostovoljci projekta Starejši za starejše – za višjo kakovost življenja doma se enkrat letno srečamo po regijah. Namen srečanja je medsebojno druženje, izmenjava izkušenj, pa tudi prijetno preživeti dan kot nagrada za celoletno delo, zato je udeležba brezplačna. Izleta za prostovoljce Posavja, ki je bil v začetku septembra, se je udeležilo tako veliko število prostovoljcev iz 13 DU Posavja, da smo se odpeljali na Hrvaško v Terme Topusko in na Petrovo goro s kar tremi avtobusi.

Po ogledu Term in njihove pestre ponudbe so se kopanja željni napotili v kopalniški del, drugi pa z lokalnim vodičem na ogled znamenitosti po Topuskem. Po kosilu smo se odpeljali proti Petrovi gori, območju znamenitih zgodovinskih dogodkov, o katerih nas je seznanil vodič. Vrnili smo se do gozdarskega doma na Muljavi pod Petrovo goro, kjer smo imeli še malico v prijetnem gozdnem okolju in ob zvokih harmonike. Tam smo skupno druženje zaključili in se polni lepih vtisov vrnili domov. Navdušeni udeleženci so povedali, da je vse potekalo v prijetnem in veselem vzdušju ter da si podobnih srečanj želijo tudi v bodoče!

*Ida Križanec*





## Kneippov vrt

### *Vrt zdravilnih rastlin hotela Delfin*

*Januarja 2015 so se začela dela za ureditev vrta zdravilnih rastlin v hotelu Delfin v Izoli. Idejni pobudnik vrta je Vladimir Vremec, strokovnjak za hortikulturo in urejanje krajine, za arhitekturo pa je poskrbel arhitekt Aleksander Bizjak. Pri ureditvi vrta sodeluje tudi botanični vrt iz Ljubljane.*

Vrt bo sestavljen iz več sklopov in sicer iz cvetočega travnika (primeren za boso hojo po travi), iz vrta zdravilnih rastlin, zelišča Krasa in Istre ter iz osrednjega dela vrta, ki ga predstavlja Kneippov vrt (rastline, ki jih je pri delu uporabljal Sebastian Kneipp). Skozi vrt bo urejena krožna pot, ob kateri bodo tudi korita za hladne oblike rok in nog.

Obiskovalci se bodo tu lahko sprehajali, posedeli na klopcih, razgibavali pod strokovnim vodstvom ter ne nazadnje uživali v vonjavah številnih rastlin. Mnoge od teh rastlin, ki jih bomo našli v vrtu, imajo zelo lepe vonjave, druge navdušujejo s svojimi barvami cvetov, tretje so zanimive z barvo listov, nekatere se bleščijo v soncu, druge so vse dlakave. Tudi na otip je vsaka drugačna. Sprehajati se med temi rastlinami pomeni sprehajati se med tem kar je tisočletja človeku služilo za lajšanje boleznih in drugih težav.

**Delfin Hotel ZDUS d.o.o. Izola,**  
Tomažičeva ulica 10, 6310 Izola,  
T 05/ 66 07 400  
E rezervacije@hotel-delfin.si

**NOVOST**  
**2015**

# RAZPIS ZA 5-dnevne ROKODELSKE DELAVNICE DELFIN

**ZDUS in Komisija za tehnično kulturo objavljata RAZPIS ZA 5-dnevne ROKODELSKE DELAVNICE DELFIN.**

**Rokodelske delavnice Delfin bodo od srede, 9. decembra, do nedelje, 13. decembra 2015, v Hotelu Delfin v Izoli.**

Izpolnjeno prijavnico pošljite na naslov:

**ZDUS, Kebetova 9, 1000 Ljubljana** s pripisom »Rokodelske delavnice Delfin« ali v elektronski obliki na: [tajnistvo@zdus-zveza.si](mailto:tajnistvo@zdus-zveza.si) **do vključno 9. novembra 2015.**

## POGOJI RAZPISA

### ROKODELSKE DELAVNICE

Organizator zagotavlja udeležbo vsakega prijavljenega mentorja v treh delavnicah (vsak dan v drugi delavnici) in si pridržuje pravico prerazporeditev po delavnicah glede na skupno število prijav po posameznih delavnicah.

Vsak se lahko prijavi na največ 5 delavnic, organizacijski odbor pa bo izbral udeležbo vsakega na treh delavnicah in pri tem upošteval posameznikove želje.

Organizator pričakuje od prijavljenih mentorjev in mentoric, da imajo ročne spretnosti, v prijavi na delavnico št. 4 znanje kvačkanja, v prijavi na delavnico št. 5 pa pletenja.

Rokodelske delavnice bodo vodili izbrani ljubiteljski mojstri in mojstrice.

### IZBOR MENTORJEV IN MENTORIC

Izbor udeležencev delavnic bo izvedel Organizacijski odbor rokodelskih delavnic in bo dokončen.

V primeru odpovedi že izbranih mentorjev in mentoric bo Organizacijski odbor rokodelskih delavnic izbral nove mentorje in mentorice na podlagi sprejetih prijav tistih, ki niso bili izbrani.

Število prijav je omejeno na skupaj 60 mentorjev in mentoric, ki se bodo udeležili delavnic.

Kotizacija za izbrane mentorje in mentorice znaša 100 EUR + 5,08 eur turistične takse. Ta znesek mentorji in mentorice plačajo v hotelu ob prijavi. V kotizacijo so zajeti stroški 4 penzionov v hotelu, udeležba na treh delavnicah, avtobusni prevoz in ostale storitve hotela.

Udeležba na delavnicah bo za izbrane mentorje in mentorice brezplačna.

Mentorji in mentorice bodo lahko odnesli izdelke, izdelane na posameznih delavnicah, po zaključni razstavi v hotelu s seboj.

Organizator si pridržuje pravico do vsakršnih sprememb razpisa, organizacije ter števila in izbora prijavljenih mentorjev, urnika delavnic, razporeditve mentorjev/ic po delavnicah in razporeditve prijavljenih mentorjev/ic ter njihovih spremljevalcev/ka za avtobusni prevoz.

Organizacijski odbor bo na osnovi prijav lahko izbral tudi mentorje in mentorice, ki se bodo udeležili rokodelskih delavnic v Delfinu, v času delavnic pa ne bodo bivali v hotelu. V tem primeru znaša cena 25 eur na osebo, ki jih bodo izbrani udeleženci plačali organizatorju na osnovi izdanega računa.

Organizacijski odbor rokodelskih delavnic bo izbral le mentorje in mentorice, ki so člani Društev upokoјencev v Sloveniji, včlanjeni v ZDUS.



### PRIJAVA SPREMLJEVALCA

Organizator in hotel Delfin omogočata, da je v času delavnic z vami tudi spremljevalec/ka. V tem primeru vas prosimo, da na prijavnico vpišete tudi njegove oz. njene podatke.

Cena polnega penziona za 4 dni za spremljevalca v času delavnic znaša 122,40 eur + 5,08 eur za turistično takso.

### AVTOBUSNI PREVOZ

Avtobusni prevoz bo praviloma organiziran v Izolo in nazaj.

Relacijo prevoza bo izbral Organizacijski odbor rokodelskih delavnic na osnovi izbora mentorjev in mentoric ter njihovih lokacij.

Za izbrane mentorje/ice bo avtobusni prevoz brezplačen.

Za spremljevalce/ke bo avtobusni prevoz možen v primeru prostih mest na avtobusu. O izboru spremljevalcev/k za avtobusni prevoz, načinu in višini njihovega plačila avtobusnega prevoza bo Organizacijski odbor obvestil izbrane mentorje in mentorice do 1. 12. 2015.

Organizator ne bo povrnil prevoznih stroškov za mentorje/ice, ki bodo uporabili lastni prevoz v Izolo.

### IZDELKI, RAZSTAVA

Izbrani udeleženci delavnic lahko s seboj prinesejo tudi svoje izdelke, ki pa ne bodo razstavljeni na razstavi v času delavnic.

Mentorji in mentorice bodo svoje izdelke, izdelane na posameznih delavnicah, razstavili na razstavi ob zaključku delavnic.

V času trajanja delavnic bo organizirana tudi razstava izdelkov ljubiteljskih mojstrov in mojstric, ki bodo vodili delavnice.

## BIVANJE V HOTELU DELFIN IZOLA

V hotelu bo bivanje praviloma omogočeno samo v dvoposteljnih sobah. Predvideni so 4 polni penzioni (začetek v sredo s kosilom in zaključek v nedeljo z zajtrkom).

V času delavnic bodo lahko izbrane mentorice in mentorji ter njihovi spremljevalci brezplačno koristili storitve hotela: kopanje v bazenih, gimnastika v telovadnici in bazenih, obisk večernih hotelskih prireditev, animacijski program hotela in ostalo.

## OSTALO

Organizator zagotavlja varstvo osebnih podatkov in jih bo lahko uporabil samo za potrebe ZDUS.

Za dodatne informacije v zvezi z razpisom pokličite ali pišite na:

**Nika Antolašič, 01 620 54 72 ali [tajnistvo@zdus-zveza.si](mailto:tajnistvo@zdus-zveza.si);**  
**Branko Suhadolnik, 041 665 719 ali [branko.suhadolnik@telemach.net](mailto:branko.suhadolnik@telemach.net)**

O izboru mentorjev in mentoric za rokodelske delavnice Delfin boste obveščeni do 20. 11. 2015, obenem boste prejeli tudi natančen program in navodila za rokodelske delavnice.



## PRIJAVNICA NA ROKODELSKE DELAVNICE DELFIN 2015, ki bodo od 9. 12. do 13. 12. 2015

### PODATKI O MENTORJU, MENTORICI

Ime in priimek: \_\_\_\_\_

Naslov: \_\_\_\_\_

Telefonska št.: \_\_\_\_\_ E-naslov: \_\_\_\_\_

Društvo upokojencev: \_\_\_\_\_

**NAČIN PREVOZA:** (izbrani prevoz označite z X) avtobus  lastni prevoz

**PRIJAVA UDELEŽBE NA DELAVNICE** (obkrožite št. delavnice, največ 5 delavnic)

Naziv delavnice	Naziv delavnice
1 Šivane voščilnice	9 Rezbarjenje in izžiganje lesa
2 Ovijanje pločevink z vrvico	10 Izdelki iz papirja za recikliranje
3 Prtiček – belokranjsko tkaničenje	11 Zeliščni venček
4 Kvačkani pokrovi kozarcev	12 Slikanje na svilo s soljo
5 Pletenje nogavic	13 Peka ocvirkovčkov
6 Izdelava okraskov iz ržene slame	14 Nagelj iz krep papirja
7 Izdelava brezrokavnikov	15 Izdelki iz filca – suho polstenje
8 Izdelki iz plastike za recikliranje	

### PODATKI O SPREMLJEVALCU/KI

Ime in priimek: \_\_\_\_\_

Naslov: \_\_\_\_\_

Telefonska št.: \_\_\_\_\_ E-naslov: \_\_\_\_\_

dne: \_\_\_\_\_ v/na: \_\_\_\_\_

podpis: \_\_\_\_\_



## Termalna voda je vir življenja

Snoviška termalna voda ima blagodejne balneološke značilnosti in izdatno energijsko vrednost. Primerna je za plavanje, blagodejno vpliva na kosti, kožo in prebavo, je pitna, zato je na voljo po celotnem termalnem kompleksu.

Ker želimo, da bi vas čim več spoznalo to naravno zdravilno sredstvo, smo pripravili ugodne pakete bivanja s kopanjem in vodeno vadbo.

Z veseljem bomo pripravili ponudbo po vaših željah.

Lahko pa vam pripravimo tudi posebno enodnevno doživetje: izleti v okolici s plavanjem, kulinarika »okusi Kamnika«.



Informacije in rezervacije:  
T: 080 81 23  
I: [www.termesnovik.si](http://www.termesnovik.si)  
E: [info@termesnovik.si](mailto:info@termesnovik.si)



3 urno kopanje že za 5,00 € / osebo - velja za skupino nad 20 oseb.

# Pri Slovencih v Srbiji

Septembra letos so bili upokoenci iz DU Šalara iz Kopra gostje Slovenskih upokoencjev v Beogradu in Novem Sadu, kjer že desetletja dolgo živijo in se medsebojno povezujejo v najrazličnejših združenjih. V Beogradu jih je najprej sprejela **Nedežda Nikolić**, predsednica **Gerontološkega centra Srbije**, v okviru katerega deluje 25 klubov in več kot pet tisoč članov – upokoencjev. Najprej je Slovence iz Kopra predstavila tridnevni gerontološki festival, ki je potekal ravno takrat, in jih povabila k sodelovanju.

**Dr. Barbara Navala** je predstavila delovanje **Nacionalnega sveta slovenske narodne manjšine**, nazadnje pa so svoje aktivnosti predstavili še upokoenci iz **Društva Slovencev Sava** iz Beograda in predstavniki **Društva Slovencev Kredarica** iz Novega Sada. Vse organizacije v programskem smislu delujejo

izredno uspešno, tudi zaradi izdatne finančne pomoči Urada za Slovence po svetu. Slovenski gostje iz DU Šalara so prijateljem v Srbiji predstavili uspešno sodelovanje z italijanskim Združenjem ADA, ki deluje v Trstu za območje Furlanije Julijske krajine. Udeleženci srečanja so soglasno ugotovili, da obstajajo številne odlične možnosti za projektno sodelovanje na mednarodni ravni: Italija, Slovenija in Srbija.

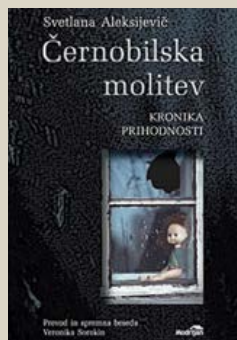
Ostalo je dovolj časa tudi za ogled nekaterih znamenitosti, med drugimi Trga republike s parlamentom, Terazij, veličastne pravoslavne bazilike Sv. Save, Dedinj s hišo cvetja, Skadarlije, Kalemegdana ... Na poti domov pa so si pod obronki Fruške gore v vasi Maradik ogledali še znameniti pravoslavni samostan Krušedol iz 16. stoletja.

*Franci Koncilija*

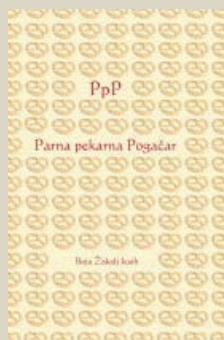


## Bralnica Zdus plus priporočča

**Svetlana Aleksijević**  
*Černobilska molitev, roman*



**Bojana Žokalj Jesih**  
*PpP: parna pekarna Pogačar, roman*



**Miklavž Komelj**  
*Noč je abstraktnejša kot n, poezija*



# Pridobite si svojo upokojsko kartico in sodelovali boste v nagradni igri!



**1. nagrada**

Plačan prvi izdani račun po kartici v znesku do 400 EUR.

**2. nagrada**

Plačan prvi izdani račun po kartici v znesku do 300 EUR.

**3. nagrada**

Plačan prvi izdani račun po kartici v znesku do 200 EUR.

**4. nagrada**

Plačan prvi izdani račun po kartici v znesku do 100 EUR.

Vsi upokojenci/-ke, ki se boste odločili za kartico Diners Club ZDUS in boste izpolnili hitro pristopnico (priložena je spodaj) do **15. 1. 2016**, boste sodelovali **v nagradni igri za poravnavo izdanega računa po kartici**. Žrebanje bo 19. januarja 2016, ob 13.00, v prostorih Erste Carda.

- **Brez zamenjave banke in tekočega računa.**
- **Brezplačna članarina za prvo leto uporabe plačilne kartice Diners Club ZDUS. Velja za nove člane ob prvi včlanitvi.**
- **Omogoča vam nakup na obroke od 2 do 24 obrokov – preprosto, samo s podpisom. Ni treba izpolnjevati nobenih kreditnih obrazcev.**
- **Obroki v tujini.**
- **Nagradne točke (1 EUR – 2 nagradni točki) – popusti tudi do 50 %.**
- **Vsak mesec nove akcije in popusti na različnih prodajnih mestih.**



## PRIJAVNICA:

Da, želim kartico Diners Club ZDUS.

Naziv društva upokojevcev:

Ime in priimek:

Naslov:

Poštna št. in kraj:

Tel.:  e-naslov:

Datum rojstva:  Davčna št.:

Podpis prosilca:

X

S podpisom potrjujem verodostojnost navedenih podatkov in se strinjam, da mi podjetje Erste Card d. o. o., na navedeni naslov pošlje neaktivirano plačilno kartico Diners Club ZDUS. Po prejemu ponudbe za članstvo se bom sam/a odločil/a ali bom le-to izpolnil/a in dostavil/a dodatno dokumentacijo. Soglašam, da Erste Card d. o. o. osebne podatke s te prijavnice obdeluje za namen priprave ponudbe za plačilno kartico Diners Club ZDUS. Hkrati se izrecno strinjam, da podjetje Erste Card d. o. o. z menoj vzpostavi stik preko zgoraj navedene kontaktne številke, z namenom pojasnil o ponudbi Erste Card d.o.o.

Izpolnjeno prijavnico pošljite oziroma jo predate osebno na sedežu Erste Card d.o.o., Dunajska 129, 1000 Ljubljana ali skenirano pošljite prek elektronske pošte na naslov: [info@erstecard.si](mailto:info@erstecard.si).

C977



Za več informacij pokličite 01 5617 800.