



Skupaj proti nasilju!

Lep pozdrav z mrzlega Kureščka! Ura je 7 zvečer, pa kaže termometer že -13°C . Upam, da ste vsi moji vrstniki, ki živite sami, na toplem, da so naše pridne prostovoljke naše vse, ki nimate kurjave.

Dobra novica: naš predsednik Anton Donko je že na rehabilitaciji. Je poln elana, ima trdno voljo, da se bo spet postavil na noge. Kot ga poznam, ne bo minilo dosti časa, ko se bo spet pojavil med nami.

Te dni pišem predloge za nacionalni program preprečevanja nasilja nad starejšimi. Strokovnjaki Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) so zaskrbljeni. V razviti Evropi je pojav tako velik, da priporočajo ukrepanje. Podatki, zbrani v različnih deželah, kažejo, da so se trije od stotih vprašanih starejših soočili z nasiljem v mesecu pred intervjujem. Strokovnjaki ocenjujejo, da je pojavnost nasilja nad bolnimi in onemoglimi starejšimi dosti višja, vsak četrti se sooča z nasiljem negovalcev. V institucijah je pojavnost nasilja precej višja kot doma. Strokovnjaki SZO omenjajo 8 razlogov, zakaj se mora družba zelo resno lotiti nasilja nad starejšimi:

Humanitarni, ker povzroča trpljenje posameznikov in skupin v družbi.

Funkcionalni, ker načenja tkivo družbe.

Finančni, saj izčrpa javne in zasebne finančne vire in zahteva družbeno investicijo.

Vidik družbenih vrednot – kako se bodo soočale z nasiljem bodoče generacije starejših, če ne bomo ukrepali sedaj? Še vedno velja pogovor: ti očeta do praga, sin tebe čez prag.

Pogostost pojavljanja nasilja nad starejšimi – veliko starejših mu je izpostavljenih, to je javno zdravstveni problem, zato so potrebni specialni službe in programi.

Nasilje nad starejšimi je javnozdravstveno breme, povzroča pre zgodnje smrti in invalidnost.

Odgovornost – zdravstveni in socialni sektor sta v prvih vrstah odgovorna za preprečevanje nasilja, njegovo odkrivanje in rehabilitacijo.

Visoka brezposelnost, naraščajoče razlike v dohodkih, izguba socialne podpore, izgorelost in alkoholizem neformalnih negovalcev, odnos mnenjskih voditeljev do starejših, do žensk v družbi so dejavniki, pomembni za nastanek nasilja nad starejšimi. Podatki o nezaposlenosti in umrljivosti v Evropi kažejo, da ob vsakem odstotku porasta brezposelnosti za 0,8 odstotka narastejo umori in samomori.

Slovenci smo, žal, v svetovnem vrhu po samomorih. Zadnjih 20 let samomori v Sloveniji padajo v vseh starostnih skupinah razen pri moških, starejših od 79 let. V tej skupini samomorilnost strmo narašča. Kljub zniževanju samomorilnosti je ta v Sloveniji še vedno najvišja pri starejših. Leta 2014 je bila samomorilnost pri moških, starejših od 79 let, 5-krat višja, pri moških, starih 70 do



79 let, pa 3-krat višja kot v skupini starih 20 do 49 let. Pri starejših ženskah samomorilnost pada tako kot pri mlajših, a je bila leta 2014 še vedno 4-krat višja pri starejših od 70 let kot pri mlajših ženskah. Zakaj narašča samomorilnost pri starejših moških, ni težko uganiti. Slovenska družba do starosti ni prijazna. Zanimivo je, da pada pri starejših ženskah. Ženske so v slovenski družbi vedno reševale družino. Bo držalo to, kar ponavljam že nekaj časa, da namreč še umreti ne bomo mogle, ker nas bo skrbelo za otroke. Se starejše ženske manj odločajo za samomor zato, da dobijo otroci njihovo pokojnino?

V Sloveniji se zavedamo problema nasilja nad starejšimi. Veliko nevladnih organizacij opozarja na ta problem, imamo tudi vrsto zakonskih rešitev. Ne znamo pa sodelovati. Kdo bo vladne službe, strokovnjake in raziskovalce prisilil sodelovati z nevladnimi organizacijami, če ne mi, pripadniki ciljne skupine?

Mateja Kožuh Novak

Vsebina

Skupaj proti nasilju!	1	Zgodba s srečnim koncem.	9
Davčne blagajne breme za društva	2	Arbitraža, ndrjavno sodišče.	9
Predstavitve programa dela ZDUS za leto 2016 v poslanski skupini	3	Pomen ljubiteljske kulture	10
EURAG maja v Ljubljani	3	Vzajemnost, zanesljiva spremljevalka starejših	11
Finska politika aktivnega staranja.	4	Vseslovensko pustovanje upokojencev.	11
»Nekatere zgodbe je težko povedati«	8	Spomini in RESje za skupni cilj	12
Skromno plačilo za prostovoljstvo	8	Aktivne veteranske godbe	13
		Kulinarično doživetje Apulije.	15



Davčne blagajne breme za društva

V kolikšni meri Zakon o davčnem potrjevanju računov, ki velja od 2. januarja letos, vpliva na poslovanje društva upokojencev (DU)? O tem govorimo na seminarjih za računovodje, blagajnike in predsednike društev.

Če DU organizira izlete, pohode, kulturna, športna in druga srečanja, seminarje in predavanja, prodaja (doma narejene) izdelke ali pa je kaj od omenjenega vključeno v članarino, je dolžno za vse omenjene storitve oz. prodajo blaga izdati račun. V kolikor je tak račun plačan v gotovini, mora biti po novem tudi davčno potrjen. Če je račun plačan na transakcijski račun DU, ga ni potrebno davčno potrditi. Na seminarjih so podrobno predstavljeni postopki davčnega potrjevanja računov, s skupnimi močmi pa poskušamo poiskati tudi najenostavnejše rešitve za poslovanje društev, tako da obdelamo čim več praktičnih primerov. Vendar so slušatelji ogorčeni! V Sloveniji je veliko število DU, ki nimajo niti računalnika niti dostopa do spleta, društva nimajo primerne kadra (članov), ki bi bili računalniško pismeni. FURS bi najbrž v tem primeru svetoval društvom, naj najamejo računovodski servis, a žal slovenska DU nimajo sredstev, da bi si lahko privoščila še ta izdatek.

Tista društva, ki imajo računalnik, dostop do svetovnega spleta in ustrezen tiskalnik, večinoma nimajo dovolj usposobljenih ljudi, ki bi lahko z »levo roko« opravili vse potrebne postopke, preden sploh začnejo davčno potrjevati račune. V kolikor bi se hotelo društvo tem postopkom izogniti, bi moralo kupiti ustrežni računalniški program za izdajanje in davčno potrjevanje računov, ki pa spet ni poceni.

V DU delajo člani/upokojenci prostovoljno, vendar postaja pri tem največja težava, da ob vedno novih davčno-računovodskih »pravilih igre« društva med svojimi člani ne najdejo več človeka, ki bi želel prevzeti nase odgovornost za tovrstno delo. Obenem so obupani tudi predsedniki društev in marsikdo je na seminarju že vprašal, kakšen je postopek za zaprtje društva.

Po mnenju udeležencev seminarjev bi se moral zakonodajalec vprašati, kaj predstavlja državi večjo korist. Upokojenci so namreč člani DU zaradi kvalitetnejšega preživljanja prostega časa, z vsemi novimi predpisi pa je ogrožen obstoj društev. Bo za državo koristneje, da bodo ti ljudje poslej sedeli doma?

Mojca Adam Derganc, računovodkinja ZDUS

Predstavitev programa dela ZDUS za leto 2016 v poslanski skupini

Na povabilo podpredsednika Državnega zbora Primoža Hainza sva s članom ožjega vodstva Jožefom Žnidaričem, poslancem Demokratična stranke upokojencev Slovenije, predstavila program dela ZDUS za leto 2016. V predstavitvi je bil dan poudarek predvsem prvemu sklopu nalog, ki smo si jih zadali, to je zaščititi človekovih pravic starejših. Pri tej nalogi si bomo prizadevali izboljšati sodelovanje z vodstvom Državnega zbora in Državnega sveta ter njihovimi delovnimi telesi, poslanskimi skupinami in ne nazadnje s posameznimi poslanci, po potrebi pa tudi s predsedniki strank. Sodelovanje je še posebej za ta čas, ko starejši ne sodimo v kategorijo priljubljene populacije in civilna družba skorajda nima možnosti vplivanja na sprejem zakonodaje, še kako potrebno. Med naloge smo si zapisali, da bomo sodelovali pri pripravi in spremembah zakonodaje, ki zadeva našo populacijo. Tu bodo morale odigrati vidnejšo vlogo strokovne komisije, ki so imenovane za posamezna področja, strokovni svet in upravni odbor. Dosedanje izkušnje so pokazale, da smo bili pogosto prepočasni in premalo agresivni, pogosto tudi premalo informirani. S projektom »Aktivna družba« smo že v prejšnjem mandatu obdobju skušali izboljšati sodelovanje s poslanci. Žal je projekt zaradi pomanjkanja finančnih sredstev zamrl.

V pogovoru sva opozorila na določbe koalicijskega sporazuma o sodelovanju v Vladi Republike Slovenije za mandatno obdobje 2014–2018, ki smo ga v ZDUS skrbno proučili in od njegove realizacije tudi kar nekaj pričakovali, saj je v poglavju 4.19. Socialna politika in pokojninski sistem določil, da si bo koalicija prizadevala zmanjšati delež ljudi pod pragom revščine. Oblikovala naj bi tudi dolgoročno strategijo soočanja z demografskimi spremembami, za osebe, ki so dolgotrajno odvisne od nege in pomoči, pa celovito uredila sistem dolgotrajne oskrbe. Poiskala naj bi dolgoročno vzdržne in demografskim spremembam prilagojene vire za zagotavljanje dostojne ravni pokojnin, dostopnih storitev in pomoči.

Žal zakona o dolgotrajni oskrbi in osebni asistenci še vedno ni. Enaka je ugotovitev tudi pri ustanovitvi avtonomnega neodvisnega rezervnega demografskega sklada. Rok za njegovo ustanovitev, ki ga je določil ZPIZ-2, je že zdavnaj mimo. Koalicijski sporazum je na novo določil rok za njegovo ustanovitev – 30. junij 2015 (kmalu bo obletnica!). Sklad naj bi zagota-

vljal dolgoročno stabilnost pokojninskega sistema. Zakon naj bi poleg začetnih sredstev, ki so že določena v veljavni zakonodaji, opredelil tudi možna dodatna sredstva ter podrobneje določil poslovanje in upravljanje tega sklada. Zakona ni, Kapitalska družba pokojninskega in invalidskega zavarovanja ni preoblikovana. Vedno znova ugotavljamo, da država sama prepogosto krši svoje predpise. Kam to vodi, se ni treba posebej spraševati. Za letni dodatek upokojencem je bilo dogovorjeno, da bodo v proračunu zagotovljena sredstva v višini 40 milijonov evrov. Zagotovljenih je bilo le 19 mio in še ta sredstva je morala zagotoviti Kapitalska družba pokojninskega in invalidskega zavarovanja, kar pomeni siromašenje bodočega demografskega sklada ob dejstvu, da je letni dodatek sestavni del obveznega zavarovanja. V sporazumu je zapisana tudi zaveza za usklajevanje pokojnin v skladu s 106. členom ZPIZ-2, ob gospodarski rasti več kot 2,5 %. Zapisana je tudi zaveza ustanovitve urada za starejše za boljše medgeneracijsko sodelovanje po vzorcu Urada za mladino. Storjen je le začetni korak. Izpostavila sva tudi problem odvzema »seniorske olajšave« pri dohodnini, problem izplačevanja pogrebni in posmrtnin. Vse to vpliva na problem revščine, ki je kljub izračunu, da se prag revščine v zadnjem letu ni povečal, vse bolj prisotna med starejšo generacijo. Vplivi spremenjene socialne zakonodaje ne dajejo pričakovanih učinkov. Posebej so izpostavljene starejše ženske, ki živijo same, ter novo upokojeni. To niso ugotovitve, stresene iz rokava. So dejstva, ki so ugotovljena s pomočjo projekta Starejši za višjo kakovost življenja doma – Starejši za starejše. Žal projekt zaradi pomanjkanja finančnih sredstev »diha na škrge«. Pokojnine in socialna varnost starejših so brez dvoma teme, ki jim bomo morali posvečati več pozornosti in pri postavljenih zahtevah biti bolj odločni. Prav zaradi tega bomo skušali izboljšati sodelovanje z vsemi prejšnje navedenimi subjekti, ki lahko pripomorejo k temu, da ima sedanja in bodoča populacija možnost preživeti starost v primernih razmerah. Vodstvo projekta Starejši za starejše bo pripravilo predstavitev podatkov in ugotovitev tega projekta, kako živi sedanja generacija upokojencev. Želimo, da bi jo predstavili vsaj vsem poslanskim skupinam, čeprav bi bilo smiselno, da bi jo predstavili tudi na najvplivnejšem mediju – televiziji. Poslanci so obljubili pomoč pri naših prizadevanjih. V ZDUS bomo spremljali tudi izvrševanje obljub.

*Ana Bilbija,
predsednica Strokovnega sveta ZDUS*

EURAG maja v Ljubljani

ZDUS bo maja gostil srečanje mednarodne organizacije za starejše EURAG, v katero je naša organizacija včlanjena že dolga leta. Srečanje bo 6. in 7. maja 2016 v Ljubljani. Pričakujemo okoli 30 predstavnikov različnih seniorskih organizacij in inštitutov.

V okviru srečanja bomo prvi dan izvedli mednarodno konferenco na temo organizacije starejših in njihov vpliv na družbo; poleg predstavnikov EURAGa iz različnih držav bomo povabili tudi predstavnike slovenskih organizacij za starejše. Za izvedbo te konference nam bo Mestna občina Ljubljana prijazno odstopila svečano sejno dvorano na Magistratu in prispevala pogostitev za udeležence, uvodoma pa bo navzoče pozdravil župan MO Ljubljana Zoran

Jankovič. Kot je predlagal predsednik ZDUS Anton Donko, bosta konferenca in sprejem tudi eden od spremljevalnih dogodkov ob praznovanju letošnje 70. obletnice ZDUS-a. S to mislijo smo pravzaprav oblikovali temo konference, ki daje možnost pregleda in predstavitve dobrih praks ali izzivov seniorskih organizacij tudi v drugih državah.

Skupščino generalnega sveta EURAG pa bomo izvedli 7. maja v prostorih ZDUS. V kolikor bo v dneh srečanja v Ljubljani kakšna zanimiva prireditev, bomo udeležencem EURAG srečanja poskusili zagotoviti udeležbo ali pa bomo sami organizirali kakšno kulturno prireditev, seveda v okviru svojih finančnih zmožnosti.

Finska politika aktivnega staranja

Aktivno staranje kot splošna ideja in konkretni razvojni program pomeni ohranitev samostojnosti, samostojnih odločitev in izbire, ko se postaramo – je finska definicija aktivnega staranja. Politike aktivnega staranja, ne glede na to, če jih oblikuje in izvede javni, zasebni ali prostovoljski sektor, pomagajo ohraniti našo osebno avtonomijo v okviru spreminjajočih se zmogljivosti, ko se staramo. Te politike, reforme ali strategije nam pomagajo optimizirati našo socialno, ekonomsko in politično vključenost v družbo na vsaki stopnji procesa staranja.

Dokument **Politike aktivnega staranja na Finskem iz leta 2004**, ki ga je pripravil strokovnjak Raziskovalnega inštituta finskega gospodarstva, je posvečen podaljšanju delovnega obdobja. Na Finskem so začeli razmišljati o staranju družbe približno 15 let prej kot v drugih evropskih deželah. Pri uvajanju politik aktivnega staranja je bilo kot prvo ključno partnerstvo ministrstev za socialne zadeve in zdravje, delo in izobraževanje. Drugo, socialno partnerstvo vključuje predstavnike delodajalskih in organizacij zaposlenih, ker je tradicija tripartitnega razmišljanja na Finskem zelo močna. Tretje, raziskovalne organizacije podpirajo raziskovanje (na tem področju). Četrto, politike aktivnega staranja so usmerjene tudi na podjetja kot dodatek k ukrepom, izvedenim na individualni in družbeni ravni. Podjetja imajo jasen motiv, da preprečujejo invalidske pokojnine, ker morajo sama plačati največji del morebitnih stroškov zanje.

Imajo pa Finci tudi velike težave. Programi aktivnega staranja, kot je **Program staranja in kakovosti življenja na delovnem mestu**, so bili sprejeti za določen čas. Obstoja nevarnost, da bo večina skupnih aktivnosti (networking) izgubljenih, ko se bo program končal. Tudi sodelovanje med ministrstvi se utegne v bodočih programih zmanjšati. Največji problem na Finskem, ki ga ni rešil noben program kakovosti življenja, je, da so poti upokojevanja preveč darežljive. Nujno potrebujejo novo reformo delovnega obdobja s prenovo vrednotenja dela. Kot pomemben dejavnik ocenjujejo integracijo življenja na delovnem mestu in v družini, žal pa redko upoštevajo aktivno delo zunaj delovnega časa. Aktivno delo, ki ga ne upoštevajo, je gospodinjstvo. Delo doma pomeni v povprečju tretjino prispevka k (dnevnu) delu moških in dve tretjini prispevka k (dnevnu) delu žensk, starih med 50 in 60 let. Na Finskem politika za starejše državljane ni dobra. Zasebne organizacije upokojevancev so relativno neaktivne.

Med politikami aktivnega staranja omenjajo **Nacionalni program za starejše delavce, Nacionalni program dobrega počutja na delu, Razvojni program delovnega mesta in Nacionalni program produktivnosti.**

Leta 2011, v evropskem letu aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti, je finsko Ministrstvo za zdravje in socialne zadeve izdalo dokument **Vedno v optimalni starosti! Finski nacionalni načrt aktivne starosti.**

'Izkoristiti moramo prednost, ki jo prinašajo dodatna leta k življenju,' so zapisali v uvodu. 'V bodočnosti moramo zagotoviti dobro in smiselno življenje v vseh življenjskih fazah. Dobro počutje in kakovost življenja moramo izboljšati tudi starejšim državljanom s podporo njihovega sodelovanja v družinskem življenju, v lokalnem okolju, z njihovo participacijo v nevladnih organizacijah in sodelovanjem v družbi. Cilj je družba za vse starosti. Odgovoriti na potrebe vseh skupin prebivalstva pomeni izboljšati medsebojno spoštovanje med generacijami. **Socialno vzdržna družba se obnaša do vseh svojih članov pošteno, krepi participacijo in medsebojno sodelovanje, podpira zdravje in funkcijske sposobnosti, nudi varnost in potrebno servisno dejavnost. Podlago za bodoče dobro počutje ustvarjamo z delom in participacijo. Financiranje socialne varnosti temelji**

predvsem na visoki zaposlenosti. Ker pa je na Finskem že pričelo padati število prebivalcev v aktivni delovni dobi, je potrebna participacija vsakogar.

Prizadevati si moramo za družbo, v kateri je moč izboljšati zdravje in delovno sposobnost ter omogočiti podaljšanje delovne dobe, v kateri preprečujemo težave in bolezni in učinkovito posredujemo. Premik od reševanja problemov do njihovega pravočasnega preprečevanja predvsem izboljšuje kakovost vsakdanjega življenja ljudi, pomeni pa tudi investiranje v ljudi, kar konsolidira finančne baze socialne varnosti. Spremembe v starostni distribuciji prebivalstva imajo daljnosežne posledice na celo družbo. Na Finskem se že vrsto let pripravljamo na dolgoživo družbo. Da bi se lahko prilagodili spremembam, je nujno potrebno obsežno sodelovanje med različnimi administrativnimi službami, lokalnimi vodstvi in nevladnimi organizacijami.'



Vseživljenjsko učenje

Aktivno staranje zahteva vseživljenjsko učenje. Na Finskem je vseživljenjsko učenje prva prioriteta, vključena v vse faze izobraževanja. Vseživljenjsko učenje predvideva, da ima posameznik duševne sposobnosti, znanja in ekonomsko možnost, da se nauči nove stvari v življenju, učne organizacije pa nudijo slušateljem primerne poti za izboljšanje njihovega znanja. Promocija vseživljenjskega učenja je vključena v zakonodajo. Univerze ga morajo promovirati kot del njihovega poslanstva.

Cilj izobraževanja, organiziranega na podlagi svobodnega izobraževanja odraslih, je promovirati pester razvoj ljudi, dobro počutje in realizacijo demokracije, pluralizma, samozadostnega razvoja, multikulturalizma in integracionalizma. Izobraževanje odraslih spodbuja prostovoljno učenje, občutek medsebojne solidarnosti in vključevanja.

Zdravo staranje

Druga prioriteta je zdravo staranje. Finska politika razvoja dolgožive družbe je že naredila veliko sprememb, ki prispevajo k statusu, pravicam in dostopnosti do servisne dejavnosti za starejše s cilji:

- Promovirati starostno enakopravnost.
- Razviti strukture in vsebine promocije dobrega počutja in zdravja kot odgovor na potrebe starejših.
- Zagotoviti bivalne možnosti (individualne ali skupinske) in vsakodnevno življenje, četudi zahtevajo človekove funkcionalne sposobnosti in stopnja zdravja 24-urno nego in skrb.
- Prepoznati glavne razloge za potrebo po servisni dejavnosti in se primerno pripraviti nanje (posebno pri demenci).
- Zagotoviti sodelovanje starejših tako na individualni ravni kot na ravni lokalne skupnosti.

Kot primer dobre prakse opisujejo svetovalno dejavnost za promocijo in dobro počutje, za zdravje in funkcionalno sposobnost starejših, ki so jo po zakonu o zdravstvenem varstvu iz leta 2010 dolžne organizirati vse lokalne skupnosti.



Sodelovanje – del aktivnega in zdravega staranja

Da bi zagotovili sodelovanje starejših, se moramo zavedati, da so starejši ljudje zelo različni. Ko se upokojijo, so za njimi desetletja različnih izkušenj in poti izobraževanja, delovnih izkušenj, izrabe prostega časa, družinskih vezi in življenjskih stilov. Zaradi tega starejši niso enotna skupina, njihove možnosti in potrebe po sodelovanju so različne in na različnih ravneh. Zato ima vključevanje starejših veliko dimenzij in je tretja prioriteta finske strategije.

Zdravo prehranjevanje in pitje, telovadba in spalne navade ohranjajo zdravje ljudi in vzdržujejo njihovo samostojnost ob morebitnih boleznih, aktivno participacijo in dobro funkcionalno kapaciteto. Kuhanje in skupni obroki nudijo pomembne možnosti za medsebojne kontakte in izmenjavo izkušenj. Dobra prehrana preprečuje bolezni, skrajšuje hospitalizacijo in omogoča starejšim ostati doma.

Dobitniki oskrbe morajo imeti možnost in pravico do soodločanja glede storitev in nastanitve v bivalnih enotah, kjer sta možni nega in oskrba. Tu bo treba storiti veliko, odločitve se sprejemajo mimo uporabnikov, ti pogosto nimajo dovolj informacij, ki bi jim omogočale sodelovanje. Gre za vzdrževanje in potrjevanje osebne funkcionalne kapacitete in zagotovitve občutka lokalne skupnosti za starejše, da se bodo lahko kompetentno vključevali v življenje skupnosti.

Socialna participacija pomeni možnosti ljudi, da prispevajo k razvoju družbe in svojega okolja. Glas starejših bi moral biti slišan tam, kjer se odloča o njih; zelo pomembni so sveti starejših, ki zagotavljajo sodelovanje starejših v družbi. Starejši potrošniki bi morali imeti več možnosti in združenj, da bi lahko vplivali na uporabnikom prijazno načrtovanje in obliko servisnih dejavnosti.

V starajoči se družbi mora biti sodelovanje starejših omogočeno na široko. Zagotoviti je treba kulturno enakopravnost in participacijo starejših kot uporabnikov in kulturnih izvajalcev. Ob različnih kulturnih aktivnostih postanejo vidni. 'Postati viden' v družbi pomeni spremenjen odnos, dokaže, da so miti neresnični in izziva stereotipe.

Dobre rešitve za delavce

V Evropi in na Finskem prevladuje prepričanje, da je treba podaljšati delovno dobo. Promocija zdravja na delovnem mestu (zdrava prehrana na delu, preprečevanje zlorabe na delovnem mestu) izboljša delovno storilnost in izboljšuje varnost pri delu vsem generacijam delavcev. Če hočemo, da bodo ljudje ostali dlje v delovnem procesu, je treba izboljšati delovne pogoje na vsakem delovnem mestu. Večja kot je delovna zmožnost delavca, dlje traja njegova delovna kariera in večja je njegova produktivnost.

Finska je razvila mednarodno priznane metode podpore vstopu v delovni proces, razvoj dela in znanje, promocijo zdravja na delovnem mestu in navodila delavcem različnih starosti, da sami razvijejo svoje poznavanje delovnega mesta in ostanejo zadovoljni v delovni organizaciji. Žal mnoge metode niso prišle do delovnih mest, zato bi jih bilo treba bolj intenzivno uveljavljati. Poleg tega se zadnja leta tudi na Finskem soočajo s pomanjkanjem delovnih mest. Vzdržan razvoj delovnih karier zahteva nove rešitve, posebej tiste na začetku kariere.

Poleg tega je bilo veliko narejenega na razvoju mentorstva ob prehodu v pokoj. Veliko finskih delovnih organizacij je sprejelo te tečaje. Njihovega vpliva na kakovost življenja teh ljudi pa še niso raziskali.

Solidarnost med generacijami

Solidarnost med generacijami je v deželah EU različna. Na Finskem so razpravljali o različnih pokojninah različnih generacij in o starostni diskriminaciji na delovnem mestu. Finci so leta 2009 naredili obširno raziskavo o vplivu staranja na primernost dohodka. Rezultat raziskave je, da na Finskem ni konflikta med generacijami. Diskusija o generacijah pa se mora nadaljevati, da se uveljavi medsebojno razumevanje. Vsaka generacija je sestavljena iz različnih skupin, katerih vrednote, pričakovanja, znanja in način funkcioniranja so različni. Razvoj sposobnosti sodelovanja in solidarnosti med generacijami zahteva identifikacijo različnih skupin, njihov način delovanja in njihove potrebe. V tem akcijskem načrtu razumemo solidarnost med generacijami kot sožitje med njimi in enakost. Cilj evropskega leta solidarnosti med generacijami, v okviru katerega je bil napisan ta finski strateški dokument, je socialno vzdržna družba, ki se obnaša do vseh članov družbe pošteno, skrbi za krepitev sožitja in enakopravnosti med generacijami ter podpira zdravje, funkcijsko sposobnost in aktivno participacijo vseh starostnih skupin.

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

Oddih v veseli družbi, hotel Delfin*** Izola

S 1.2.2016 svoja vrata ponovno odpira hotel Delfin.

Otvoritev sezone z akcijskimi cenami!

Upokojenci, ki so članu društva, kluba in aktiva upokojencev pri ZDUS, imajo 10% popusta na penzijske storitve.



	1.2.–27.2. 2016	28.2.–31.3. 2016	1.4.–23.4. 2016
UPOKOJENCI			
Polni penzion	42 40 €	44 42 €	47 45 €
Polpenzion	37 35 €	39 37 €	42 40 €

OSTALI GOSTJE

Polni penzion	45 €	47 €	50 €
Polpenzion	40 €	42 €	45 €

Ceno so v EUR na osebo na dan. **Doplačila:** enoposteljna soba 11,00 EUR, penzion 5,00 EUR, turistična taksa 1,27 EUR. Otroški popusti.



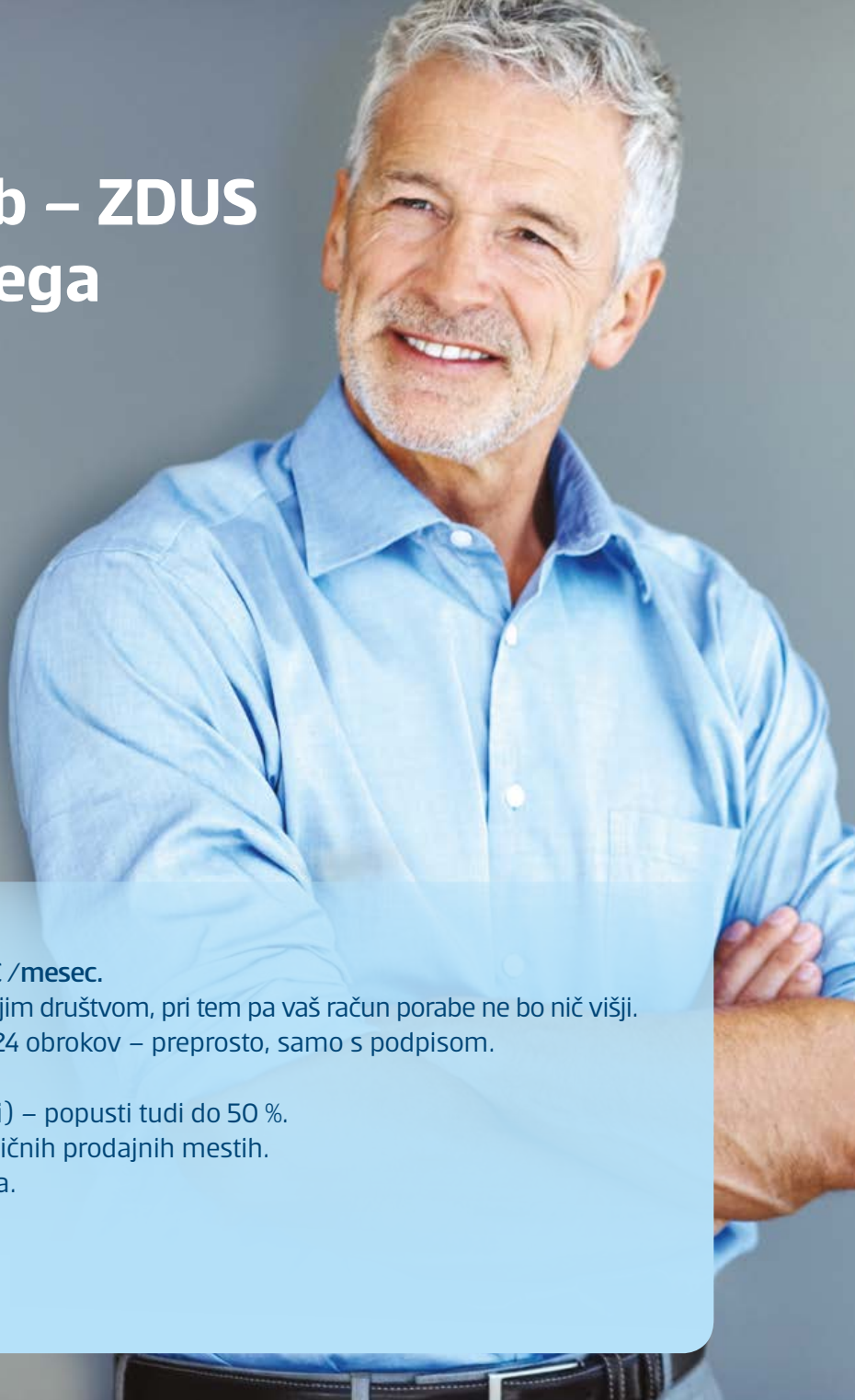
Ugodnost za družine:

V času zimskih šolskih počitnic (13.2.–2.3.2016) **en otrok** do vključno 12. leta v sobi z dvema odraslima osebama **biva brezplačno!**



D
delfin***
HOTEL

Kartica Diners Club – ZDUS preprosto za vsakega upokojenca!



- Članarina znaša za prvo leto uporabe 1,5 € /mesec.
- Z vsakim nakupom s kartico pomagata svojim društvom, pri tem pa vaš račun porabe ne bo nič višji.
- Omogoča vam nakup na obroke od 2 do 24 obrokov – preprosto, samo s podpisom.
- Omogoča vam nakupe na obroke v tujini.
- Nagradne točke (1 EUR – 2 nagradni točki) – popusti tudi do 50 %.
- Vsak mesec nove akcije in popusti na različnih prodajnih mestih.
- Brez zamenjave banke in tekočega računa.



PRIJAVNICA:

Da, želim kartico Diners Club ZDUS.

Naziv društva upokojencev:

Ime in priimek:

Naslov:

Poštna št. in kraj:

Tel.: e-naslov:

Datum rojstva: Davčna št.:

Podpis posilca:

X

KARTICA DINERS CLUB – ZDUS PREPROSTO ZA VSAKEGA UPOKOJENCA!

Pridružite se več kot 58.000 zadovoljnim
uporabnikom kartice Diners Club.

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 na sedež podjetja
Erste Card, d. o. o., Dunajska 129, 1000 Ljubljana
ali skenirano pošljete prek elektronske pošte na
naslov: info@erstecard.si.

C850



Za več informacij pokličite 01 5617 800.

»Nekatere zgodbe je težko povedati«



»Moški, 85 let, živi s sinom in snaho, ki mu zaklepata hladilnik, da ne more do hrane, včasih je ves dan lačen. Poberejo mu vso pokojnino. Pogovorila sem se z družveno koordinatorico in odločili sva se za posredovanje: obvestili sva socialno delavko, žrtev pa bom kot prostovoljka redno obiskovala na 3 mesece.«

(Pričevanje prostovoljke programa Starejši za starejše, leto 2014)

To je samo ena izmed mnogih zgodb, s katerimi se prostovoljke programa Starejši za starejše srečujejo na terenu. Leta 2011 je vodstvo programa pripravilo preprost vprašalnik, ki ga prostovoljke, ki obiskujejo starejše od 69 let, ob zaznanem morebitnem nasilju izpolnijo in prinesejo koordinatorici prostovoljk v društvo. Te se skupaj s prostovoljko, ki je zaznala morebitno nasilje, odločijo, ali bodo primer posredovale strokovnjakom (če morebitna žrtev privoli) ali pa bodo poskusile pomagati žrtvi same s pogostejšimi obiski, s pogovorom s svojci in z drugimi oblikami pomoči. Da bi prostovoljke opolnomočili pri opravljanju njihove prostovoljske naloge, smo leto kasneje v okviru evropskega projekta STOP VI.E.W. organizirali obsežnejša izobraževanja (85 izobraževanj, 1149 usposobljenih prostovoljcev) na to perečo temo v njihovih lokalnih okoljih. Poučili smo jih predvsem o tem, kako prepoznati znake nasilja, kaj lahko storijo za žrtve in kakšna je njihova vloga. Od leta 2011 so prostovoljci na terenu zaznali 200 domnevnih primerov nasilja ali zlorabe nad starejšimi. Pomemben podatek je, da so pri zaznanih primerih v 87 % tudi posredovali, bodisi z obveščanjem CSD-ja, patronaže, policije, bodisi z opolnomočenjem domnevnih žrtev, s pogovorom s svojci, spodbujanjem k iskanju strokovne pomoči ali pa so s privolitvijo žrtve dogovorili ponovne obiske.

Pomemben vsebinski napredek za ZDUS, ki to temo spremlja že najmanj 12 let, in za program Starejši za starejše so usmeritve za ravnanje prostovoljcev v primeru zaznanega nasilja nad starejšimi oziroma protokol, ki ga je programski svet sprejel 21. 10. 2013. Protokol opredeljuje naloge in načine delovanja prostovoljcev društev upokoencev pri obravnavi nasilja nad starejšimi, odnos



do nasilja ter sodelovanje z drugimi vladnimi in nevladnimi organizacijami v postopkih obravnave nasilja nad starejšimi v skladu z določbami 6. in 17. člena Zakona o preprečevanju nasilja v družini (Uradni list RS, št. 16/08).

Pregled nalog prostovoljca po omenjeni usmeritvi, kot so spodbujanje žrtve k večji aktivnosti v smeri iskanja pomoči, pomoč pri vzpostavitvi mreže pomoči, dolžnost prijave, spremljanje starejše osebe v postopkih obravnave nasilja ter sodelovanje v multidisciplinarnem timu na centru za socialno delo kaže, da je delo prostovoljk zahtevno, družbeno odgovorno, predvsem pa sta bistveni dopolnitev in pomoč pristojnim javnim institucijam, ki sicer ne vedo za morebitne primere nasilja, da lahko ukrepajo pravočasno. Prispevek sem v imenu ZDUS in prostovoljk in prostovoljcev programa Starejši za starejše predstavila na okrogli mizi »Spregovorimo o nasilju nad starejšimi«, ki ga je organiziralo Gerontološko društvo Slovenije decembra 2015.

Dijana Lukić

Skromno plačilo za prostovoljstvo

Že več kot desetletje v Sloveniji poteka projekt Starejši za starejše za višjo kakovost življenja doma, v katerega je vključenih kar 13 društev upokoencev iz Posavja, med njimi je tudi vseh pet sevniških društev: Tržišče, Krmelj, Razbor, Šentjanž in Sevnica. Prostovoljci obiskujejo upokoence, starejše od 69 let, se pogovarjajo z njimi in pri tem zabeležijo, če kdo od njih potrebuje kakšno pomoč. V sevniški občini je 2884 oseb starejših od 69 let, v projekt pa jih je vključenih že skoraj 2000. V okviru Zveze društev upokoencev Slovenije je Posavje manjša regija, izkazuje pa najboljše rezultate. V sevniški občini je bilo letos planiranih dobrih 1300 obiskov, opravljenih pa jih je bilo skoraj 1900. Zasluga za to gre prostovoljcem in njihovim koordinatorjem, ki se redno sestajajo in izobražujejo, ob zaključku leta pa se zberejo na srečanju, na katerem pregledajo opravljeno delo in se poveselejo. Srečanje, ki se ga je udeležil tudi sevniški podžupan Janez Kukec, je potekalo v Tržišču, organizirali pa sta ga društvi Tržišče in Razbor v sodelovanju z občino, ki se ji je koordinatorica sevniškega društva Marijana Kralj še posebej zahvalila za podporo in pomoč.

Nada Černič Cvetanovski



Zgodba s srečnim koncem

Društvo upokojencev Luče je leta 2015 pristopilo k projektu Starejši za starejše. Prostovoljke so si območje razdelile in pričele obiskovati starejše občane. Občina z nekaj več kot 1600 prebivalci meri skoraj 110 kvadratnih kilometrov, zaselki pa so raztreseni po pobočjih okoliških hribov in gora. Prostovoljka Jožica je bila določena, da obiskuje zaselek, ki ga ni dobro poznala. Ko je prvič prišla na obisk k vdovi, ki živi z invalidnim sinom v samotni hiški, je bil pogovor malo zadržan, vendar je bila gospa, v naši zgodbi jo poimenujmo Sonja, vesela obiska in je Jožico povabila, naj se še kaj oglasi.

Jožica, ki je tudi aktivistka Rdečega križa, je Sonjo ponovno obiskala čez mesec dni in takrat je pogovor že laže stekel. Ob odhodu je močno deževalo in Sonja je mimogrede omenila, da jo skrbi, ker pušča streha. Povedala je, da že dve leti varčuje za novo kritino, a ne ve, kdaj bo privarčevala dovolj. Z majhno pokojnino, ki zadostuje samo za osnovne potrebe, je zelo težko varčevati. Jožica jo je vprašala, če ji lahko kdo pomaga ali je koga zaprosila za pomoč. Odvrnila je, da ni prosila za nikakršno pomoč, saj ji tako nihče ne bo pomagal, če bi ji kdo lahko, pa bi bila zelo vesela. Jožica je Sonjine težave predstavila krajevni organizaciji RK in občini, kjer so takoj pokazali pripravljenost pomagati. Občina je nabavila material, prostovoljci RK, društva upokojencev in sosedje pa so izvedli prostovoljsko akcijo. Krepko so poprijeli za delo in ko je Jožica prišla naslednjič na obisk, je bila hiška pod novo streho. Sonja in sin sta bila nepopisno vesela in hvaležna. Jožica je povedala, da Sonja samo joče, ker ne more verjeti, da je kaj takega mogoče. Vse življenje je bila navajena trdo delati in skromno živeti, kar ima, si je morala pošteno prigarati. Zato se ji takšna pomoč zdi kot čudež.

Sonji in njenemu sinu privoščimo, da lahko zdaj mirno živita pod obnovljeno streho. Zadovoljna je tudi prostovoljka Jožica, ki je

akcijo sprožila. Zahvala gre vsem sodelujočim v akciji, predvsem občini, ki ima posluš za stiske svojih ljudi. Ob takšnih dogodkih se potrjuje, da je naš projekt Starejši za starejše potreben in koristen, zato ga moramo nadaljevati in širiti. Ob obiskih pridobivamo vsi – prostovoljci, ki doživljamo (žal premalokrat) tako lepe zgodbe, kot je tale, in ljudje, ki jih obiskujemo. Z obiski marsikomu že s pogovorom polepšamo dan in preženemo osamljenost. Prostovoljka Jožica sedaj Sonjo redno obiskuje, ob prihodu se objameta in prijetno poklepetata. Jožica ima svojo družino, otroke in vnuke, svoje obveznosti in delo doma. Vendar pravi, da so ob takih trenutkih poplačane vse ure, ki jih preživi na terenu ob obiskih starejših. Ko odhaja od Sonje, ji je toplo pri srcu in vesela je, da je del te zgodbe.

Karlina Mermal, pokrajinska koordinatorka



Arbitraža, nedržavno sodišče

Arbitraža kot razsodišče deluje na podlagi Zakona o arbitraži. Arbitražna odločba je pogodbeno razsodba in identična pravnomočni sodbi sodišča, pritožba pa ni dopustna. V arbitraži ima načelo pravičnosti prednost pred načelom zakonitosti, izjema so prisilni zakoni naše države. Arbitraža teritorialno ni omejena na Slovenijo, upošteva pa zakone, za katere se obe strani dogovorita. Z njo ni mogoče preseči listin v izključni pristojnosti države (potni list, prometno, vozniško dovoljenje, določitev očetovstva, materinstva) in zakonov v izključni pristojnosti države (npr. davčne obveznosti).

Arbitrer ali razsodnik je oseba z visoko strokovno izobrazbo oz. najvišjo izobrazbo v stroki. Praviloma so to univerzitetni profesorji, sodniki, upokojeni strokovnjaki z najvišjo izobrazbo, sodni izvedenci in cenilci ter strokovnjaki s strokovnim izpitom – za vsako stroko, iz katere izvira spor, posebej. Imenovanje posameznih arbitrov in liste arbitrov je v pristojnosti Strokovnega sveta arbitraže. Za arbitra veljajo visoka moralna načela, predvsem pa nekaznovanost. Arbitru je potrebna pomoč arbitražnika – specializiranega pravnika za določeno stroko s pravosodnim oz. strokovnim izpitom. Posameznega arbitra ali senat pogodbeno izberejo sprte stranke.

Arbitraža je praktična za reševanje gospodarskih, delovnih in mejnih sporov, urejanje zapuščine itd. Možno je reševati tudi

civilne spore, ki izvirajo iz kaznivih dejanj, za zagrožene kazni do 3 let zapora, za mladoletnike do 5 let (na vseh policijskih postajah imajo obrazce za arbitražne vloge). Stroškovno je bistveno cenejša od rednih pravnih postopkov, stroške, dosegljive vsem državljanom, nosita stranki v enakem deležu ali skladno z dogovorom. Postopke, ki se že obravnavajo pred sodiščem, je možno pogodbeno prekiniti in jih zaključiti pred arbitražo vse do izreka pravnomočne sodbe na sodišču.

Upokojence vabimo k sodelovanju oz. hitri, strokovni, pravični in pravnomočni rešitvi morebitnih sporov. Pisne vloge sprejemamo na: arbitraza@arbit.si in arbitraza.kranj@gmail.com ali po pošti na gornji naslov, kjer dobite tudi obrazec vloge.

*Ivan Kramar udis,
predsednik Arbit - Združenja v javnem interesu*

**Arbit - Združenje v javnem interesu,
Trboje 125, p.p. 620, 4000 KRANJ,
PE Planina 3, 4000 KRANJ,
tel: +386 04 255 91 31;
fax: +386 04 255 91 33;
GSM: 041 718 968;
E-mail: arbitraza@arbit.si;
arbitraza.kranj@gmail.com**



Pomen ljubiteljske kulture

Ljubiteljska kultura združuje vse generacije, omogoča vseživljenjsko učenje in je vzorčen primer druženja in sodelovanja med generacijami. Sožitje generacij v kulturi je zanimiv preplet ljudi različnih starosti za doseganje kakovostnejšega življenja in skupnih ciljev. Aktivna vključitev v kulturo bogati življenje vseh generacij. Ljubiteljska kultura ima srce in posluš za drugačne in enakovredno sprejema v ljubiteljski krog osebe z motnjami v razvoju, o čemer smo govorili tudi na okrogli mizi na lanskem F3ŽO.

Vseživljenjsko učenje v kulturi ni le učenje iz knjig, ampak tudi spoznavanje in predajanje kulturne dediščine in običajev. Velik je tudi pomen komplementarnih znanj, ki jih ponuja ljubiteljska kultura, in jih ni mogoče pridobiti v okviru institucionalnega izobraževanja.

Pri ljubiteljskih kulturnih društvih gre za širok razpon kulture od vrhunske do čisto osnovne, ki temelji na druženju in veselju. Vrhunski dosežki nekaterih skupin (npr. vokalnih, gledaliških, orkestrskih) se lahko kosajo z dosežki poklicnih ustanov ali jih celo presegajo. Kulturna produkcija na polju ljubiteljske kulture je za državo ena najcenejših, obenem pa dobi s številčnostjo tudi vrhunsko kulturno produkcijo.

Žal se je v zadnjih letih politika lotila sistemskega razvrednotenja

kulture, žrtev tega početja pa je tudi ljubiteljska kultura. Razvoja kulture ni mogoče prepustiti samo tržnim zakonitostim, ampak ga je treba vsestransko podpirati tudi z javnimi sredstvi. Društvena kultura žal skoraj v celoti izpada iz medijske pozornosti. Mediji ne posvečajo dovolj pozornosti ozaveščanju javnosti o pomenu in vlogi ljubiteljske kulture za človekovo osebnostno rast ter krepitev zavesti o naši samobitnosti in kulturni istovetnosti.

- Potrebno je odpraviti mnoge ovire, ki vplivajo na udeležnost tretje in drugih dveh generacij v kulturnem življenju.
- Odpraviti je treba podcenjevalna gledanja, izražena v kulturi, in spodbujati kulturno raznolikost v programih javnih zavodov.
- Ohraniti je potrebno dinamiko razvoja ljubiteljske kulture in povečati število obiskovalcev.
- Izboljšati je potrebno dostopnost do kulturnih dobrin ne glede na lokacijo in omogočiti dostopnost tudi tistim, ki imajo nizke dohodke. Vključitev v kulturo namreč izboljša samopodobo socialno izrinjenemu posamezniku.

Učinkovit dostop do kulture sodi med pravice pred socialno izključenostjo. Odnos do človekovih pravic (tudi nematerialnih) je tisto vrednostno merilo, ki določa pravo moč in šibkost posameznikove in družbene (tudi politično-ekonomske) občutljivosti.

Milan Pavliha



Vzajemnost
Revija za zrela leta

**Vabljeni na Srečanje prijateljev Vzajemnosti
v slikovito dalmatinsko mesto Primošten
od četrтка, 2. junija, do nedelje, 5. junija 2016**

• bogat program • izleti • dobra družba

Več o srečanju najdete v reviji in na spletni strani www.vzajemnost.si

Tokratno srečanje pripravljamo skupaj s Turistično agencijo Kompas. Za dodatne informacije pokličite na njihovo telefonsko številko **01 200 61 11** ali obiščite eno izmed Kompasovih poslovalnic.

Vzajemnost, zanesljiva spremljevalka starejših

Vzajemnost je najstarejša slovenska revija za upokojence, ki je že 42 let zanesljiva spremljevalka starejših ljudi, saj verodostojno piše o pokojninskih temah in socialnih prejemkih ter drugih aktualnih temah za upokojence. Naročnikom brezplačno odgovarja na pokojninska, premoženjsko-pravna vprašanja ter na vprašanja s področja delovnega prava, socialne varnosti in zdravstvenega varstva, skrbi za starejše in za osebne stike.

V Vzajemnosti, ki izhaja mesečno na najmanj 100 straneh, so koristni članki o zdravju, prehrani in gibanju, pa tudi življenjske zgodbe znanih in manj znanih starejših ljudi. V reviji so objavljene tudi vesti iz Zdusa in reportaže o dogodkih društev upokojencev po Sloveniji. Ne manjka niti branja za razvedrilo, križank, vzorcev ročnih del in nagradnih iger ter malih oglasov. Vzajemnost pa skrbi tudi za druženje bralcev in prijateljev revije s prijetnimi ter cenovno ugodnimi mesečnimi izleti in tradicionalnim letnim srečanjem.

Vzajemnost je ena najcenejših in vsebinsko najbogatejših slovenskih revij, ki sledi spremembam in izzivom tretjega življenjskega

obdobja. Mesečnik ustvarja majhna ekipa, ki pa ji pomagajo strokovnjaki z različnih področij in dopisniki z vseh koncev Slovenije. Revije ni v prosti prodaji, prejemajo jo le naročniki. Več o reviji najdete na spletni strani www.vzajemnost.si. Vsi naročniki so hkrati člani Kluba Vzajemnost, preko katerega lahko s klubsko kartico uveljavljajo različne popuste, pridobijo pa lahko tudi senior kartico za ugodnejše potovanje z vlakom.

Vzajemnost je nekaj posebnega že po imenu, saj nosi močno sporočilo in pozitiven naboj. Številni bralci pravijo, da jo radi prebirajo tudi zato, ker z njo ostajajo mladostnejši. Danes najdemo marsikaj tudi na spletu, a vsebin, ki jih v zajeten sveženj vsak mesec zberemo pri Vzajemnosti, ne boste našli na enem mestu ne tam ne kje drugje. Vzajemnost je ena in edina, vse drugo so približki. Vzajemnost je mesečnik, na leto izide 11 števil, julija izide dvojna. Polletna naročnina je 12,60 evra, letna s popustom pa 23 evrov. Pokličite na telefonsko številko 01 530 78 44 in z veseljem vam bodo poslali brezplačen ogledni izvod revije. Na tej številki se lahko na revijo tudi naročite.

Jožica Dornič

Vseslovensko pustovanje upokojencev

Lani so člani Zadruga Mozaik Generacij z veliko mero poguma organizirali prvo vseslovensko seniorsko pustovanje. Zadovoljni udeleženci, ki niso skoparili s pohvalami, so utrdili njihovo prepričanje, da so se pravilno odločili. Zato Zadruga Mozaik generacij v sodelovanju z Mestno občino Ptuj in fakulteto AMEU prireja že 2. vseslovensko seniorsko pustovanje, ki bo zagotovo postalo tradicionalni dogodek v okviru ptujskega Kurentovanja.

Pustovanje za seniorje bo v petek, 5. februarja 2016, od 11. do 17. ure v Karnevalski dvorani na Ptuj. Vodja zadruga Lidija Ribič napoveduje še bolj pester in raznolik program. Tudi letošnje pustovanje bodo poleg glasbene skupine obogatili različne etnografske skupine iz okolice Ptuja, kjer je ohranjenih največ pustnih šem, likov in običajev. Obiskovalce bo pozdravil tudi princ karnevala, organizatorji pa napovedujejo še presenečenje.

Priprave so v polnem teku in vsi vpleteni se iskreno veselijo ponovnega snidenja na pravi štajerski pustni zabavi, kjer bo seveda poskrbljeno za vse lačne in žejne obiskovalce – pustna pojedina je všteta v ceno vstopnice, ki letos znaša le 14 evrov. Pridite maskirani, saj izvirne skupinske in posamične maske čakajo lepe nagrade!



Organizatorjem bodo priskočili na pomoč tudi študentke in študenti fakultete AMEU, predvsem smeri socialna gerontologija, ki bodo kot animatorji poskrbeli za dobro informiranost in odlično počutje obiskovalcev.

Skupine upokojencev iz vse Slovenije že napovedujejo svoj prihod. Tisti, ki so bili na Ptuj lani, pravijo, da je bilo nepozabno in zato odločitev za ponovni obisk ni težka. Vabljeni na vseslovensko pustovanje seniorjev na Ptuj, kjer boste lahko v razigranem medgeneracijskem vzdušju, ob dobri hrani in žlahtni kapljici skupaj s kurenti preganjali zimo.

Zadruga Mozaik generacij

Spomini in RESje za skupni cilj



Poročali smo že, da ZDUS od leta 2014 sodeluje v mednarodnem projektu Spomini (Digital Timelines). Cilj projekta je svojce oseb z demenco in strokovno osebje v domovih naučiti, kako izdelati video album s spomini na življenje tistih, ki so zaradi demence izgubili stik z vsakdanom. Preteklost je področje, ki ga osebe z demenco najdlje obdržijo v spominu, saj se »tam« počutijo varne, sprejete in vključene.

Priprava albuma ali videa s fotografijami iz otroštva, odrasčanja, obdobja ustvarjanja družine, podprtega z glasbo in fotografijami iz okolja, v katerem so odrasčali, preživeli svoje dosedanje življenje, bo spodbudila svojce in animatorje v domovih, da jih bodo lažje dojemali kot osebe s

preteklostjo, kar naj bi pripomoglo k bolj individualnemu, spoštljivemu odnosu do njih. Razkrite bodo njihove značajske posebnosti, povečalo se bo razumevanje njihovega obnašanja, odziv na določeno ravnanje z njimi, razumevanje, zakaj se obnašajo tako, kot se, zakaj nečesa ne marajo, kaj jim je blizu, domače, poznano, kaj in zakaj to radi počnejo. Vse to bo pripomoglo k boljšemu sporazumevanju in razumevanju neverbalnih in verbalnih sporočil ter razumevanju določenih ravnanj, odzivov oseb z demenco in odzivov oskrbovalcev. Pojasnjena bo marsikatera osebnostna lastnost, kar bo omogočilo bolj osebni pristop in vzpostavitev medsebojnega zaupanja, ki je nujno za uspešno pomoč osebam z demenco.

Potreba oseb z demenco po varnosti in sprejetosti je zanje zelo pomembna in se lahko vzpostavi le ob dobrem poznavanju preteklosti posameznika, ki je vplivala na njegove značajske posebnosti. Če ne poznamo preteklosti osebe z demenco, ne moremo razumeti njenega ravnanja, ne moremo se vživeti v njen svet, ki se za nepoznavalce in neusposobljene oskrbovalce navzven kaže kot morda nerazumno ravnanje, beseda, stavek, za katere ne veš, kam jih umestiti. Skratka, pomagal naj bi k boljši verbalni in neverbalni komunikaciji, boljšemu razumevanju njihovega ravnanja in predvsem možnosti individualne obravnave oseb z demenco. Najpomembnejše je, da je to dobro izhodišče k priznavanju in spoštovanju osebne integritete posameznika. Tudi čas za pripravo gradiva za video album je dragocen, tako za svojce in animatorje kot za osebe z demenco. To bo skupni čas ustvarjanja, ko se bodo svojci in animatorji bolj posvetili posameznikom, ki potrebujejo bližino in pozornost. Tudi za svoje samopotrjevanje. Zbrali smo podatke o tem, kateri digitalni pripomočki so na voljo na trgu, kdo in kako jih uporablja in koliko svojci ali animatorji oz. delovni terapevti o njih vedo. Vključili smo tudi študente Zdravstvene fakultete Univerze v Ljubljani.



Skupaj s partnerji iz sodelujočih držav (Anglija, Turčija, Švedska, Romunija) smo izdelali analizo zbranih podatkov, da smo se pripravili na naslednjo stopnjo izvajanja projekta. Pripravljamo se tudi na izvedbo konference, izobraževanje in usposabljanje tistih, ki se bodo vključili v projekt Spomini ali/in v program RESje. Konferenca in izobraževanja bodo v hotelu Delfin maja 2016. Verjamemo, da bomo skupaj naredili pomemben korak k izboljšanju življenja oseb z demenco, njihovih svojcev in zaposlenih v domovih za starejše.

Želite sodelovati v projektu Spomini, se naučiti izdelati digitalni foto album in tega naučiti tudi druge? Se želite vključiti v program RESje kot prostovoljci? Pokličite 051 442 497 ali pišite na resje.zdus@gmail.com. Prostovoljce bomo usposobili za:

- **Povezovalce s programom RESje**
- **Mentorje prostovoljcev v društvih**
- **Vodje delavnic za urjenje spomina**
- **Usmerjevalce družinj z osebami z demenco in podporo svojcem**
- **Vodenje skupin za samopomoč**

Še vedno poteka akcija zbiranja prostovoljnih prispevkov. Če boste poslali **SMS na številko 1919 s ključno besedo RESJE5, boste prispevali 5 eur za ponatis Priročnika »RESje POTREBUJEMO/JO POMOČ« in druge dejavnosti programa RESje.** Pogoji in navodila za sodelovanje pri storitvi SMS-donacija so objavljeni na spletni strani **www.zdus-zveza.si** in **resje.zdus-zveza.si**

*Ana Cajnko,
vodja mednarodnega projekta ZDUS – SPOMINI*

Aktivne veteranske godbe

V prostorih Kulturnega centra v Laškem se je 13. januarja sestel Aktiv veteranskih godb Slovenije in začrtal svoj letni program. Obravnavali so podrobno poročilo o izvedbi 9. Festivala veteranskih godb v Mengšu in izrekli pohvalo Mengeškemu godbenim veteranom za izvrstno organizacijo in dobro počutje.

Letošnji jubilejni 10. Festival veteranskih godb Slovenije bo v soboto, 9. julija 2016, ob 15. uri na dvorišču občine Laško. Pokroviteljstvo festivala bo prevzel župan občine Laško Franc Zdolšek. Na festivalu bo sodelovalo vseh sedem slovenskih veteranskih godb: KD Mengeška godba – sekcija veteranov, Godba veteranov "GAMBRINUS" Laško, Godba veteranov Žalec, Godba veteranov Univerze za III. življenjsko obdobje Velenje, Prleška godba Društva upokojencev Ljutomer, Godba veteranov Štajerske in Kulturno društvo Godba ljubljanskih veteranov. Kot vsa leta doslej bo tudi letošnji festival veteranskih godb glasbeni uvod v 16. Festival za tretje življenjsko obdobje, ki bo konec septembra v Cankarjevem domu v Ljubljani. Dogovorili so se, da bo na letošnjem evropskem srečanju orkestrów MID EUROPE 15. julija 2016 v avstrijskem Schladmingu na Slovenskem dnevu sodeloval vseslovenski seniorski

orkester (sestavljen iz vseh sedmih veteranskih orkestrów). Razpravljali so tudi o predlogu podeljevanja najzlahtnejšega seniorskega priznanja Vitez godbeništvá, ki bi ga prejeli staroste v godbeništvu (dopolnjeno 80. leto) z izjemnimi zaslugami za razvoj seniorskega godbeništvá. Skupna fotografija kaže, da je druženje v Laškem udeležence napolnilo z ustvarjalno energijo.

Milan Pavliha



**TOPLICE
HOTEL**



stoji v najlepšem delu Hrvaškega Zagorja, le 80 km od Maribora. Programi Hotela Toplice temeljijo na uporabi hipertermalne vode, ki jo karakterizirajo štirje izviri. Temperatura vode je med 39 in 41° C. Bogata je z minerali kalcija, magnezija in s hidrokarbonati, z zelo nizko vsebnostjo žvepla, zato je blagega vonja. Voda je ocenjena kot **6. najbolj kakovostna voda v Evropi!**

Poleg notranjega bazena z whirlpoolom so gostom na voljo masaže in tretmaji že od 5 eur, dvorana za fitness, savna, vodni park Aquae Vivae in igralnica za otroke. Hotel Toplice svojim gostom ponuja prijetno bivanje z bogato ponudbo domačih specialitet **po ugodni ceni že od 24,00 eur.** Hribčki, ki obkrožajo Krapinske Toplice, so s številnimi sprehajalnimi potmi idealna priložnost za ohranjanje psihofizičnega zdravja. Poiščite svoj izvir zdravja, sreče in dobrega razpoloženja v Hotelu Toplice tudi Vi!

VALENITNOVO V HOTELU TOPLICE
od 12. do 14. februarja 2016



Preživite nepozaben večer v dvoje po ceni že od 24,00 eur ob glasbeni skupini, ki Vam bo ogrela srce in razplamtelá Vašo ljubezen ali presenetite svojo ljubljeno osebo z vikend aranžmajem in proslavite valentinovo v srcu Zagorja. Cene aranžmaja za osebe od 15 let od 200,00 eur. Cene aranžmaja za otroke od 6 do 14,99 let 65,00 eur. Za otroke do starosti 5,99 let je bivanje brezplačno. Parom priznamo 10% popust pri plačilu z gotovino.

Informacije in rezervacije na +385 49 202 202, reservation@toplice-hotel.hr

Krass Hotel d. o. o. za gostinstvo, turizem in turistična agencija
Vpisano v sodni register Trgovskega sodišča v Zagrebu/MBS 080761869/OIB 85330162257
Antuna Mihanovića 2 /Hrvaška/49217/Krapinske Toplice
Tel: +385 49 202 202/ Fax: +385 49 232 322
info@toplice-hotel.hr / www.toplice-hotel.hr

Krapinske Toplice



PLUS 50

Življenje se je pravkar začelo.

PLUS 50 je mesečnik za aktivne bralce v zrelih letih – za vitalne in ustvarjalne, za vse, ki skrbite za svoje zdravje in dobro počutje, ste radovedni, radi potujete, raziskujete in uživate življenje.



Vabimo vas, da si vsak mesec **zagotovite** svoj izvod PLUS 50. Lahko pa ga tudi **podarite**.

PLUS 50 je priložen Delu in Slovenskim novicam brezplačno vsak prvi ponedeljek v mesecu. Kot samostojno edicijo (brez dnevnega časopisa) ga je mogoče naročiti samo ob plačilu 12 številk v vrednosti 6 evrov. Posamezni izvod edicije v prosti prodaji ni na voljo.

Informacije in naročila:

080 11 99 | 01 47 37 600

narocnine@delo.si | www.delo.si

Delo, d. d., Naročnine, Dunajska 5, 1509 Ljubljana

Naročite PLUS 50: 1 leto, 12 številčk, za samo 6 evrov.

Dostavimo ga povsod po Sloveniji, vsak prvi ponedeljek v mesecu.

Kulinarično doživetje Apulije



SENTour Connect
EU Senior Travel Experience

Kot je bilo predstavljeno na delavnici o merilih za uspešne turistične programe za starejše septembra 2015 na sedežu ZDUS, je projekt **SENTour** namenjen razvijanju inovativnih in trajnostnih **turističnih paketov za starejše**. V okviru projekta je bilo razvitih osem turističnih programov za starejše v sodelujočih državah (Italija, Portugalska, Belgija, Španija in Slovenija).

Podrobneje vam predstavljamo enega od zanimivih in cenovno ugodnih programov po **Apuliji** v Italiji. Program potovanja po Apuliji je razvil in ga bo izvajal italijanski partner projekta SENTour Happy age. Organizator potovanja Happy age je specializiran za organizacijo izletov in poletnih počitnic za starejše v Italiji in tujini. V petnajstletnem delu na tem področju je Happy age razvil tesno sodelovanje z več tisoč javnimi organi, združenji in zasebniki. Zahvaljujoč zanimivim in cenovno dostopnim programom potovanj je zabeležil več kot 4 milijone nočitev. Takšen je tudi program **Kulinaričnega razvajanja v Apuliji**, mediteranski deželi med ostrogo in peto italijanskega škornja. Apulijo je leta 2014 National Geographic uvrstil med 20 destinacij, ki jih je vredno obiskati. Zaznamovana je z antiko in renesanso ter s pečatom številnih

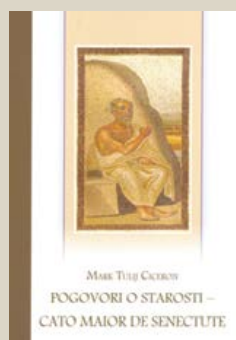
osvajalcev. Obdana je z mogočnimi romanskimi katedralami, gradovi in tradicionalnimi prebivališči truliji. Poleg tega je Apulija pravi raj za gurmane. Program vključuje ogled najrazličnejših znamenitosti, med katere štejemo tudi Santa Maria di Leuca, ki je znana po 47 metrov visokem svetilniku. Organizirane bodo delavnice izdelave tradicionalne italijanske »pašte«, ogledali si bomo tovarno sladkih dobrot, ki deluje že od leta 1875. Za ljubitelje arhitekture in zgodovine bo zelo zanimiv obisk kraja Gallipoli z ogledom mogočnih palač, baročnih stavb in gradu Aragonese. Pri vseh SENTourjevih programih je v ospredju tudi medgeneracijsko sodelovanje, zato so vnuki in vnukinje, ki jih boste povabili na potovanje, deležni posebnih ugodnosti. Vodenje bo v slovenskem jeziku. Kontaktna oseba za organizatorja potovanja Happy age je v Sloveniji Melita Gaber, ki vam lahko posreduje podrobnejše informacije o potovanju, po katerem bodo udeleženci s pomočjo anket ocenili, ali so njihova pričakovanja izpolnjena. Prijave in informacije: melita.gaber@gorturizem.si, Gor Turizem d.o.o., telefon 041 689 635

Barbara Černič Mali



Bralnica Zdus plus priporočja

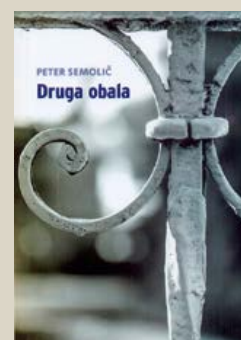
Mark Tulij Ciceron
Pogovori o starosti



Drago Jančar
Maj, november, roman



Peter Semolič
Druga obala, poezija





SUPER DARILO
OB SKLENITVI*

KAMORKOLI Z ZAVAROVANJEM TUJINA.

Sklenite zavarovanje z medicinsko
asistenco v tujini in se izognite visokim
stroškom zdravljenja.

Počitnice ne gredo vselej po vašem načrtu. Zavarovanje vam zagotavlja
dodatno varnost v primeru zdravstvenih težav ter krije morebitne stroške
zdravstvenih storitev.

* letnega zavarovanja Multitrip

www.vzajemna.si

 080 20 60



VZAJEMNA
zdravstvena zavarovalnica