



Kdo smo strici in tete iz ozadja?

Ste kdaj razmišljali, zakaj nekateri politiki tako blatijo Milana Kučana? Kaj vam je storil hudega, da ga tudi nekateri starejši tako sovražite? V resnici je eden redkih politikov, ki je veliko storil za slovensko prebivalce. S čim, vrabca, se lahko pohvalijo ti, ki so cvetočo državo v dvajsetih letih spravili v hudo stisko samo zato, da so si napolnili žepe? Strici iz ozadja smo dejansko mi, upokojenci, kajti vsi ti, ki smo jim leta 1991 prepustili državo in smo še živi, so naši vrstniki, torej smo mi vsi strici iz ozadja. Kaj želimo slovenski upokojenci? Politike, ki bodo spoštovali prebivalstvo in delali za večino, ne le za bogato manjšino. Zato smo moteči, zato je moteč Milan Kučan.

Dejansko obstajajo strici iz ozadja. O tem je te dni govoril tudi predsednik protikorupcijske komisije. To so naši novi bogataši, ki so nam pobrali skoraj že vse javno, torej naše premoženje. Naših vrstnikov je med njimi bore malo! To so tisti, ki plačujejo odvetniške hiše, da že dvajset let pišejo zakone po njihovem nareku, to so tisti, ki nekatere vodilne politike držijo v šahu, ker vedo za njihove grehe, neumnost in samozagledanost, druge pa spretno izkoriščajo z dobrikanji, z vabili na zabave in izlete, z lažnim hvaljenjem ... Ti so tisti, ki si maneje roke, ko mediji napadajo Milana Kučana in druge politike iz časov socializma, da bi lahko še naprej varali prebivalstvo, kot ga varajo in goljufajo že dvajset let.

Ste se kdaj vprašali, komu lahko zaupamo? Ali res lahko zaupamo Pahorju in Janši in Golobiču in Jelinčiču in Peterletu? Kaj so nam dobrega prinesli v 20 letih vladanja? Ali lahko preživite s pokojnino, ki jo dobite vsak mesec? So vaši otroci zaposleni? Ali vsi vaši otroci dobivajo spodobno plačo? Vam ni nikoli treba paziti vnukov, ker morajo vaši otroci opravljati brezplačne nadure? Ali si še lahko privoščijo dopust na morju? Imate dovolj denarja, da bo šel vnuk študirat v Ljubljano ali Maribor?

Zato, vidite, zaupam Milanu Kučanu in njegovemu krogu – ker si niso nagrabili bogastva, ko so vladali, ker nas

niso goljufali, ko so bili na oblasti, ker nam niso dajali lažnih obljub, ker niso zlorabljali našega zaupanja, ker so se trudili, da nam je šlo po vojni vsako leto bolje. Zato sem tudi vesela, da je Milan Kučan podprl vnovično kandidaturo dr. Türka. Nekdanji predsednik republike in predsednik vlade vesta veliko bolje od mene, kako in kaj je delal dr. Türk na mednarodnih položajih, ki jih je zasedal.

Samo dve pomembni funkciji je obdržal predsednik države v novi ustavi:

- Je vrhovni poveljnik oboroženih sil.

Ali vam je res vseeno, če bo vaše otroke in vnuke na prihodnjih protestih preganjala vojska? Si upate v teh hudih časih izročiti poveljstvo nad vojsko tem, ki so nas spravili v zdajšnje zagato?

- Predsednik države imenuje veleposlanike in ustavne sodnike ter sodnike vrhovnega sodišča.

Kaj mislite, kdo od obeh kandidatov ima več kvalifikacij za izbiro teh pomembnih ljudi? Kdo od obeh se bo odločal samostojno in kdo od obeh bo 'gradil mostove' ali pa podlegel vplivom teh, za katere vsi vemo, kakšne kadre novačijo v ministrstva, v nadzorne svete in v parlament.

Pa še eno vprašanje imam za vas, ki sodite s svojimi življenjskimi izkušnjami med modrejše ljudi v Sloveniji: ali si v stiski, v kakršni smo, res lahko privoščimo to, da se bomo odrekli vrhunskemu,

mednarodno priznanemu diplomata zgolj zavoljo tega, ker ga ne mara aktualni predsednik vlade?

Še eno pomembno funkcijo ima predsednik države: našo mlado državo predstavlja v mednarodnih krogih in se bojuje za našo samostojnost. Dr. Danilo Türk ve, da tujci cenijo samoniklost in zaničujejo hlapčevanje. Kaj bomo podprli: strokovnost, pokončnost in samoniklost ali improvizacijo in hlapčevanje?

Drage sodelavke in sodelavci, prijateljice in prijatelji! Nikar ne ostanite doma, pojdite na volišča in podprite znanje, izkušnost in modrost! Zase, za svoje otroke in vnuke, za samostojno in ponosno Slovenijo!

dr. Mateja Kožuh Novak



vsebina

Proti vladnemu načinu reševanja krize	2
Pozdravljeni, neupogljivi prebivalci Slovenije!	3
Sodobni modeli medgeneracijskega sožitja	4
Ohranjevanje telesne aktivnosti	4
Ključ do sožitja	7
Aktivno staranje in medgeneracijska solidarnost	8
Dunajska ministrska deklaracija 2012	10
S terena	16
Sodelujte v dobrodelni akciji	20
RESje vabi na predavanja	20
Pismo članom in podpornikom DeSUS	22



Ne manj kot 25 tisoč in ne več kot 50 tisoč demonstrantov.

Proti vladnemu načinu reševanja krize

Po tednu sive koprene nad mestom so bile minulo soboto na Kongresnem trgu v Ljubljani v sinje modrem dopoldnevu velike protestne demonstracije proti ekonomski politiki vlade. Ne manj kot 25 tisoč in ne več kot 50 tisoč ljudi je bila spodobna številka za protest proti vladni ekonomski politiki.

»Kar Janša skuha, slaba juha.« Demonstranti so bili opremljeni s piščalkami in s transparenti, s katerimi so vladi med drugim sporočali, da hočejo delo, ne brezposelnosti, da hočejo živeti in ne zgolj preživeti. Na transparentih so med drugim bili napisi »Vzemite mi vse, pa bo gospodarstvo cvetelo«, »Diplomo lahko kupiš, pameti ne«, »Kar Janša skuha, slaba juha« ali »Slovenija je najbolj konkurenčna v korupciji«.

»Ne delite nas na leve in desne!« Po besedah predsednice Zveze društev upokoencev Slovenije dr. Mateje Kožuh Novak zbrane demonstrante povezujejo skupne vrednote, kot so medsebojna solidarnost in solidarnost, boj proti krajam, prevaram, klientelizmu in revščini. Po njenih besedah se politiki niso naučili ničesar drugega iz zgodovine kot to, da morajo prebivalce skregati med seboj, če hočejo vladati v imenu kapitala. (Več na str. 3).

»Gasilec kot evropska prostitutka.« Predsednik Sindikata poklicnih gasilcev Slovenije Aleksander Ogrizek je poudaril, da je »gasilec kot evropska prostitutka, ki jo država zlorablja že

20 let«, nato pa je nadaljeval: »Država nam je napovedala vojno, mi pa se moramo braniti. Naj nehajo zatirati slovenskega delavca, bojevali so se naši dedje, pradedje, leta 1991 tudi mi - za boljši jutri,« je dejal. Pri tem je dodal, da so dobili vse bitke, tudi bitke z vodnimi ujami, ki so puščale po Sloveniji, pa vendar gasilcem še kar naprej jemljejo.

»Neoliberalizem je močan, ker je na pohodu skozi institucije.« Nedaleč od njega je proti odru gledal Ivo Furlan, doma iz Nove Gorice, strojni tehnik, ki se je upokojil kot častnik Slovenske vojske. Ni vzbujal vtisa radikalnega disidenta. »Nikoli si nisem predstavljal, da se bomo razvili v nekaj tako brezdušnega,« je rekel Furlan. »Pogosto se s kolegi sprašujemo, kaj bi bilo, če bi takrat na volilne lističe referendumu za osamosvojitve napisali letošnji vladni program. Napad na kulturo, zaničevalen odnos do ljudi, ki delajo, norčevanje iz upokoencev, finančno izsiljevanje študentov, da ne naštevam še naprej. Nisem prepričan, da bi bil referendum uspešen. Ozka elita je pobrala vse bogastvo, usmerila denar iz države, nas pa naredila za revno družbo.«

Sindikalist Goran Lukič je pred uršulinsko cerkvijo na koncu tretje ure shoda zadovoljen jedel sendvič. Sporočilo je bilo jasno in dovolj glasno povedano. »Neoliberalizem je močan, ker je na pohodu skozi institucije. Politiko je vzel za talca. Parlament je zgolj talec politik, ki jih snujejo finančne institucije. Prav zaradi tega je pomembno, da uporabimo instrumente, ki so nam še ostali, to pa so referendum, civilne pobude in demonstracije.«

Povzetek info.zdus, po STA, Dnevniku (E. H. Milharčič) in Mladini (mh)



ZDUS

Obiskujte strani www.zdus-zveza.si

Pozdravljeni, neupogljivi prebivalci Slovenije!

Pozdravljeni, ponosni in neupogljivi prebivalci Slovenije! Pozdravljam vas v imenu vseh ustvarjalcev visoko socialne države, ki smo jo ustvarili v časih po drugi svetovni vojni in ki zdaj zgroženo opazujemo, kako sodobni slovenski politiki, hlapci domačega in tujega kapitala skušajo demonizirati čas, ko se je majhen slovenski narod postavil ob bok velikim svobodoljubnim narodom in se uprl okupatorju.

Ste se kdaj vprašali, mladi, rojeni v samostojni Sloveniji, zakaj skušajo izničiti vse pridobitve iz časa socializma v Sloveniji?

Ali si lahko sploh predstavljate, da smo že živeli v času, ko smo bili vsi zaposleni? Vsi so lahko zaposleni le, če so pripravljeni tisti, ki vodijo podjetja in tovarne, deliti ustvarjeni dobiček z delavci. Mi smo se počutili soustvarjalce slovenske zgodbe o uspehu. Vas, ki s svojimi pravičnimi zahtevami po spodobnem zaslužku, po spoštovanju delavca, po ustvarjanju delovnih mest iz dobička, pa politiki v službi kapitala zmerjajo za uničevalce slovenske države.

Kaj so naše vrednote?

Medsebojno spoštovanje, medsebojna solidarnost, spoštovanje zakonov, ki urejajo razmere med prebivalstvom v korist prebivalstva in ne kapitala, preprečevanje kraj, zločinov, zlorab in skubljenja revnih so naše vrednote.

Tako tokratni protest kot referendum, ki ju bomo izsilili, so dokaz zgrešene politike teh, ki smo jih izvolili.

Edina naloga politikov je urejati potrebe in pričakovanja večine prebivalcev. Sodobna slovenska politika je ujeta v zanke domačega in tujega kapitala, hlapčevska do tistih, ki imajo denar in z njim moč, ter zatiralska do tistih, v katerih imenu sedi v parlamentu in vladi.

Ali slovenska politika in cerkev zastopata naše in vaše vrednote?

Ali veste, kdo že dva tisoč let zastopa naše vrednote? Jezus in njegovi apostoli, ustanovitelji krščanstva! Torej smo hkrati desni in levi, ko zagovarjamo te vrednote, ker smo jih uresničevali 46 let po drugi svetovni vojni.

Slovenska politika varčuje na ramenih delavcev, brezposelnih, na ramenih študentov in dijakov, na ramenih upokojencev, pri tem pa še vedno daje odpustke kapitalu?

Ali zastopajo te vrednote katoliški kardinali, ki si z denarjem, ki so ga pobrali vernikom, ali z odpustki, ki jih prodajajo bogatim, gradijo svoje razkošne rezidence? Ali se zavedate, da bi Katoliška cerkev, če bi priznala napako svojih finančnikov in slovenskim davkoplačevalcem poravnala dolg 800 milijonov, Slovenija danes ne bi bila v krizi?

Ali zastopa te vrednote zdajšnji predsednik vlade?

Z norčevanjem iz države, svojih volivcev in sodnega sistema se spretno izogiba sodišču? Če se ne bi bal sodišča, če bi bil prepričan, da ni kriv, bi vsakič ponosno prišel o na sodišče in čim prej dokazal svojo nedolžnost! Tako pa z našo pomočjo, z našo strpnostjo gradi svojo moč, da se ga jutri ne bomo upali vprašati, kam je šel denar od orožja, od podkupnin.

Ne dovolimo politikom, da nas še naprej zavajajo!

Včeraj me je vprašal novinar, kdo bo vodil državo, če bomo zavrgli vse politike? Ne bomo zavrgli vseh politikov, med njimi so mnogi pošteni. Najdimo jih, pomagajmo jim, da bodo postavili pred vrata vse tiste, ki za lastne dobičke prodajajo Slovenijo!

Ali, vi, mladi, res zaničujete svoje dedke in babice?

Boste dovolili pokvarjenim politikom, da se norčujejo iz vrhunskih slovenskih strokovnjakov, kot so profesorji dr. Bole, dr. Mencinger, dr. Ribnikar in predsednik dr. Danilo Türk, zgolj zato, ker jih opozarjajo na napake, ki jih počno? Zapomnite si, če se norčujejo iz predsednika države, ki smo ga izvolili mi, se norčujejo iz nas, volivcev!

Postanimo bolj samozavestni!

Vi, mladi imate ideje in neizmerno energijo, nas pa je življenje izučilo, da moramo iti naprej počasi in preudarno. Če bomo združili sile, bomo obdržali našo lepo, mlado državo svobodno!

Na svobodno Slovenijo!

Iz govora predsednice ZDUS dr. Mateje Kožuh Novak na demonstracijah 17. novembra 2012 v Ljubljani

Sodobni modeli medgeneracijskega sožitja



12. FESTIVAL ZA tretje ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Letošnje evropsko leto aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti še posebej nagovarja skupnosti, da gojijo sožitje med generacijami, na katerega temeljih gradimo svojo sedanost in prihodnost.

Svet se je v zadnjih desetletjih močno spremenil, spremenile so se njegove vrednote in načini povezovanja. Zaradi nastalih demografskih in iz njih izhajajočih družbenih, zlasti še socialnih sprememb, je postalo vprašanje staranja in medgeneracijskega povezovanja eno najbolj javnih vprašanj evropskih civilnih pobud. Ko govorimo o družbenih demografskih spremembah, tudi ne moremo mimo dejstva, da so prav one vzrok za spreminjanje družbe in njenih vrednot. Dolgoživost in visok delež starega prebivalstva na eni strani, ter vse bolj odklonilen odnos do starosti na drugi strani pa zahteve civilne družbe osredotočata zlasti v iskanje povezovalnih, k sodelovanju in dialogu usmerjenih modelov medgeneracijskega sožitja in izmenjave ljudi.

Tako postaja pomembna sestavina socialnih sprememb zlasti

empatija, skozi katero postaja tudi medgeneracijsko povezovanje prostor generiranja sprememb nove globalne kulture, ki išče prostor raziskovanja in pogleda na življenje skozi perspektivo drugega. Pomemben element tega raziskovanja je jezik – raziskovanje prostora, v katerem je mogoče poiskati novo razsežnost sporazumevanja. Na tej točki raziskovanja se je v tem trenutku znašla tudi nova medgeneracijska povezanost. Če se želimo razviti v evolucijsko skupnost, potem se moramo spreminjati z zavedanjem, da smo ljudje socialna bitja, ki za to, da rastemo in se razvijamo, potrebujemo drug drugega. In v tem pomenu pridobiva prav posebno razsežnost kategorija prostovoljstva in prostovoljskega dela. Napočil je čas, ko je treba spremeniti strukturo življenja, rehabilitirati izkušnje, znanje, modrost, predvsem pa spodbuditi izmenjavo med generacijami. Treba je razviti nove skupnostne rituale ter na novo določiti prednosti. Skupnost na ta način postaja prostor nastajanja novega, prostor skrbi drug za drugega, z znanjem in svojimi zmožnostmi.

*Sonja Bercko, Inštitut Integra
Strokovni program, plenarni del, 1. oktober 2012*

Ohranjevanje telesne aktivnosti



12. FESTIVAL ZA tretje ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Posledica fizioloških sprememb pri staranju so tudi funkcijske spremembe.

Poveča se nihanje telesa med mirno stojo, kar se kaže kot manjša stabilnost. Spremembe so še bolj poudarjene v bolj zaostrenih razmerah, kot je, denimo, stoja na zmanjšani podporni ploskvi pri zmanjšani osvetlitvi, zaprtih očeh ali pri premikih podporne ploskve. Spremembe, ki so posledica staranja, lahko opazimo tudi pri hoji, saj se pri starejših hoja upočasni, koraki postanejo krajši in stopali sta postavljeni bolj narazen. Spremembe opazimo pri normalni in k tudi pri hitri hoji. Še več težav pa imajo starejši pri hoji in sočasnem opravljanju dodatne miselnih ali govornih nalog.

Učinkovito ravnotežje je pogoj za uspešno opravljanje različnih vsakodnevnih aktivnosti, pri katerih je udeležena tudi hoja v domačem okolju in na prostem. Med hojo ljudje pogosto opravljajo

še eno dejavnost, kot je nošenje predmetov, pogovarjanje, opazovanje okolice in podobno. Tipičen primer dveh nalog je prečkanje prometne ceste, posebej, če je čas za prečkanje omejen.

Slabšanje ravnotežja je prav tako eden od najpomembnejših dejavnikov tveganja za naključne padce, zato je veliko raziskovalnih zmogljivosti usmerjenih v ugotavljanje, katera vrsta vadbe je učinkovita za izboljšanje ravnotežja in za preprečevanje nenadnih padcev.

Temelj vadbe za ravnotežje je povezovanje različnih gibalnih aktivnosti. Zasnova v ravnotežje usmerjene vadbe temelji na šestih osnovnih komponentah: spreminjanju položaja telesnega težišča v navpični smeri, približevanju projekcije težišča telesa k robu podporne ploskve, spreminjanju smeri gibanja in gibanje okoli vzdolžne telesne osi, gibanju na nestabilni, neravni in mehki podlagi, zmanjšanju podporne ploskve in sočasnem opravljanju več nalog, za kar je potrebna deljena pozornost.

Tako utemeljena funkcijska vadba lahko izboljša ravnotežje pri krhkih starostnikih, ki živijo v domovih, kot tudi pri tistih z večjimi funkcijskimi sposobnostmi, ki še živijo doma.

*dr. Darja Rugej, Univerza v Ljubljani, zdravstvena fakulteta
Strokovni program, plenarni del, 2. oktober 2012*



ZDUS

Obiskujte strani www.zdus-zveza.si



od junija do
decembra 2012

Izkoristite posebno akcijo v našem domu v Rogoški Slatini



Ugodnosti za posameznike in skupine

- ▶ Brezplačna vstopnica za 3-urno kopanje v notranjih in zunanjih bazenih Rogoške riviere.
- ▶ Za organizirane skupine (pevske zbori, razne delavnice, folklorne skupine, športniki...), najmanj 15 oseb veljajo posebne cene - po dogovoru. Eni osebi nudimo brezplačno bivanje.
- ▶ **100% popust za enega otroka do pod 12 let** v sobi z dvema odraslima osebama (minimum dve noči!)



Za informacije in rezervacije:

DELFIN HOTEL ZDUS d.o.o. Izola
Tomažičeva ulica 10, 6310 Izola, Slovenija
Tel.: h.c. +386 (0)5 6607 000, Fax: +386 (0)5 6607 420
Rezervacije: +386 (0)5 6607 400
e-mail: rezervacije@hotel-delfin.si, www.hotel-delfin.si



Nagradna igra

Izpolni in odreži ter
odloži v nabiralnik



DELFIN HOTEL ZDUS d.o.o.
Izola - Slovenija

Poština
plačana.
Pog. št.
101/6/12



z Vami
in za Vas

DELFIN HOTEL ZDUS d.o.o. Izola
Tomažičeva ulica 10

6310 Izola - Isola

Ključ do sožitja



Starost je ključni dejavnik ekonomske aktivnosti ljudi. V zgodnjih obdobjih svojega življenja je človek, da bi lahko zadovoljil

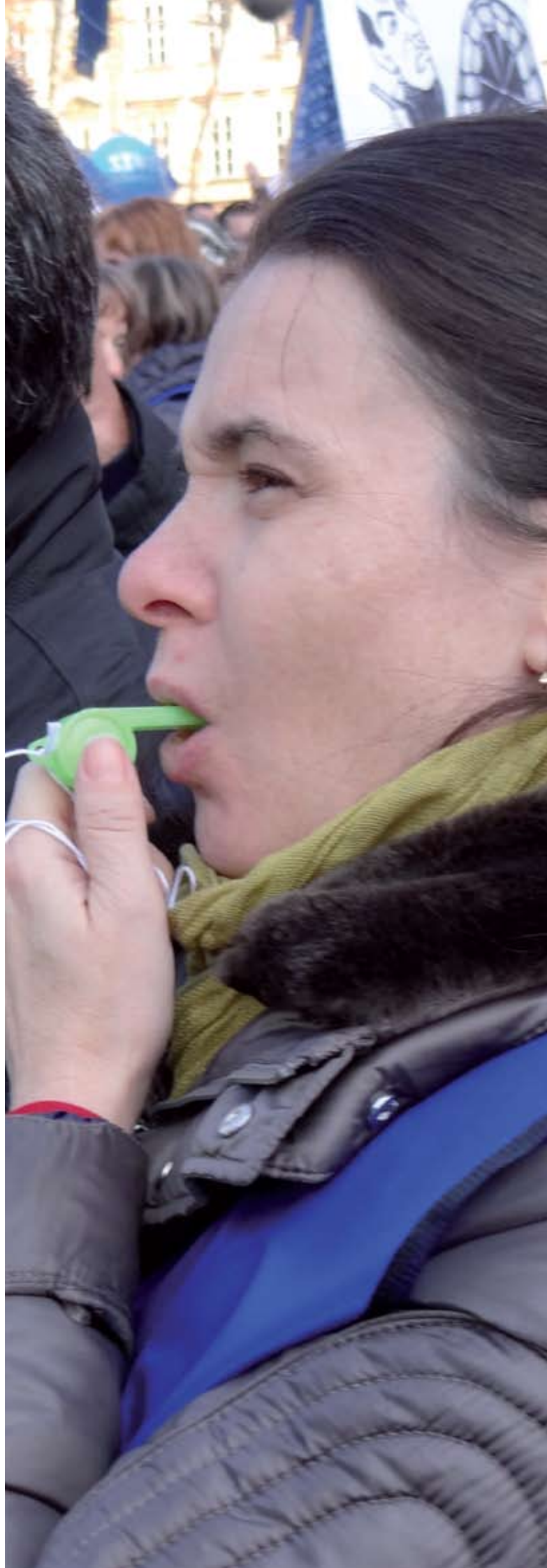
svoje osnovne potrebe, odvisen od transferjev, ki jih prejme od svojih staršev in drugih virov v družbi. Tudi v starosti transferji v obliki pokojnin, zdravstvene oskrbe, dolgotrajne oskrbe itd. pomembno določajo blaginjo posameznikov. V teh dveh starostnih obdobjih posamezniki trošijo več, kot proizvajajo. Ta »primanjkljaj življenjskega cikla« mora biti financiran z ekonomskimi tokovi posameznikov iz vmesnega starostnega obdobja, ki proizvajajo več, kot porabijo. Transferji med posameznimi starostnimi skupinami lahko potekajo v obliki:

- javnih transferjev (npr. javno zdravstvo, šolstvo, pokojnine),
- zasebnih transferjev (npr. starši financirajo potrošnjo svojih otrok) ali
- dohodka iz naslova sredstev (npr. prihodki od kapitala, prodaja premoženja, krediti).

Rezultati kažejo, da v Sloveniji pozno vstopamo na trg dela in se iz njega hitro umaknemo. Starostni razpon, v katerem proizvajamo več, kot porabimo, je v letu 2004 trajal samo od 25. do vključno 55. leta starosti, kar je precej manj kot v drugih državah. Ta razpon zgolj 31 let pa zbuja skrb, saj je tega leta znašalo pričakovano trajanje življenja ob rojstvu moškega 74 let, ženske pa 81 let. Rezultati NTA analize kažejo, da se po upokojitvi v Sloveniji potrošnja financira v veliki večini z javnimi transferji. Ob hitrem staranju prebivalstva bo zato še posebej velik pritisk na vzdržnost javnofinančnega sistema.

V sistemu sprotnega financiranja pokojnin (pay-as-you-go), ki ga imamo v Sloveniji, so tri možne poti reševanja vzdržnosti sistema (oz. njihova kombinacija): višanje davkov, nižanje pokojnin in podaljševanje starosti ob upokojitvi. Vedno bolj aktualno pa postaja pereče tudi vprašanje izdatkov za zdravstvo in dolgotrajno oskrbo.

*dr. Jože Sambt, Univerza v Ljubljani,
ekonomska fakulteta
Strokovni program, plenarni del, 1. oktober 2012*



Aktivno staranje in medgeneracijska solidarnost



12. FESTIVAL ZA tretje ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Ni dovolj, da starost le preživljamo, marveč mora življenje vedno imeti prihodnost, vrednost in pomen!

Vsak človek si sam izbere, kako

bo kakovostno in smiselno zapolnil svoj dan v tretjem in četrtem življenjskem obdobju. Najpomembnejše pa je, da kljub morebitnim težavam ne izgubimo volje do življenja in da poskušamo prilagoditi svoja iskanja in pričakovanja vsakokratnim razmeram.

Ko smo v študentskih letih videli, da naš osemdesetletni profesor Mihajlo Rostohar nekaj vneto zapisuje v zvezek, smo ga vprašali, ali piše spomine. Profesor nam je odgovoril, da ne piše spominov, ker jih bo pisal, ko bo star. Anekdota, ki nas opozarja na to, da beseda star v slovenščini nima več žlahtnega pomena. Žlahtno je zvenela v antiki, ko je bila povezana s pojmom modrost in izkušnje, danes pa jo povezujemo z betežnostjo, počasnostjo in godrnjanjem.

Kaj je aktivno staranje?

Kako ozek ali širok je pomen izraza aktivno staranje? Kaj pomeni aktivno staranje in kako je povezano z medgeneracijsko solidarnostjo?

»Koncept aktivnega staranja ni omejen na ohranjanje zdravja s telesnimi aktivnostmi. Aktivno staranje je povezano s trajno udeležbo v socialnem, gospodarskem, kulturnem, duhovnem in civilnem življenju. Celotna družba je odgovorna, da ponudi priložnosti za aktivno staranje«. Citiral sem del Ljubljanske deklaracije 18. mednarodnega kongresa EURAG v Ljubljani leta 2005. Podobno je definirala aktivno staranje Svetovna zdravstvena organizacija. Evropsko leto aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti opozarja na tri področja aktivnega staranja: zaposlovanje, družbeno udejstvovanje in samostojno življenje.

Z daljšanjem življenja se tretje življenjsko obdobje raztegne na dolgo obdobje 30 do 40 let. Tem desetletjem naj bi dali novo rast, novo vsebino, novo kariero. Kako to storiti, nam kažejo zgledi ljudi, ki so po upokojitvi premagali socialni stereotip o starosti in so si izbojevali pravico, da živijo po svojih zmožnostih vse do konca življenja. Dejavna starost je potrebna posamezniku in družbi.

Izkušnje in znanje ljudi bo imelo v družbi ustrezen pomen le, če bodo starejši izstopili iz socialne izločenosti na obrobju družbe in nadaljevali svoje življenje v sožitju z drugimi generacijami, dosegli enakopraven položaj in spet s svojo dejavnostjo pridobili pri

svojem družbenem pomenu (ugledu). Sicer na obrobju družbe lahko odmre vse njihovo nakopičeno bogastvo znanja in izkušenj in tako mlajši ostanejo praznih rok.

Zgledi dejavnega življenja v starosti

Danski psiholog Claus Moller pri 71 letih niti približno ne razmišlja o upokojitvi. Meni, da po statistiki ljudje, ki vse življenje veliko delajo, potem pa se upokojijo in ne počno ničesar, umrejo. Moller je razvil zanimivo filozofijo. Pravi, da ima tudi človek tako kot narava štiri letne čase. Pomlad doživljaš v dvajsetih letih, poletje v tridesetih in štiridesetih, jesen nekje do šestdesetega leta, potem pa - ali se zgodi zima ali pa tudi ne. Po njegovem ne, ker se je sam odločil, da jo bo preskočil v svojo novo, drugo pomlad. Lahko jo imaš, če si želiš, seveda.

Ljudje se premalo zavedajo, da so sami svoje sreče kovači. Da so v prvi vrsti sami odgovorni za svoje počutje, da so jezni, razočarani, prestrašeni. Z negativnimi fantazijami v možganih zapečatijo tudi svojo usodo.

Za poklicno aktivno starost se odločajo posamezniki, za katere je delo v resnici pomembna vrednota, ki so visoko izobraženi, ki so pri svojem poklicnem delu uživali, ki živijo v ustvarjalnem okolju, kjer jih pri delu podpirajo, ugotavljajo skandinavski strokovnjaki. Delo je za starejšega tudi pomembna socialna spodbuda. Po mnenju britanskih psihologov je za ljudi dobro, da ostanejo aktivni tudi takrat, ko dosežejo upokojitveno starost. Tako koristno uporabijo svoje znanje in sposobnosti in se naprej razvijajo. Dejavnost seniorji so bolj zdravi, sploh psihično, in tudi dlje živijo.

Neugodna samopodoba ob upokojitvi

Starejši so pravzaprav sami ustvarili neugodno samopodobo ob upokojitvi. Preveč je tistih, ki se počutijo nepotrebne, ki se umikajo z vseh področij, ko vstopijo v pokoj. Takega dojemanja starosti ne razumejo niti strokovnjaki.

Dejstvo je, da so zato starejši daleč od soodločanja ali od participacije. Slovenija je v evropskem prostoru ena tistih držav, ki imajo najbolj razvejano dejavnost upokojenskih in drugih društev, vendar je po soodločanju starejših kot civilne družbe povsem na dnu evropske lestvice.

Pasivnost te prej ali slej izloči iz družbe. Nedejavnost ne povzroča zgolj ekonomskih posledic, ampak tudi socialne, ki pa so še veliko večje in hujše.

Delo je pogoj za dejavno starost, vendar pri tem sploh ne gre za službe. Razumevanje zlasti mlajših generacij, pa tudi naše, ki si pod pojmom delo predstavlja redno zaposlitev, je povsem zmotno. Je daleč od modernega pogleda na aktivnost. Gre preprosto za to, da človek ni pasiven. Šele z aktivnostjo se človek socialno potrdi. To pa ni samo zaposlitev v ožjem pomenu besede, je lahko prostovoljska dejavnost, je lahko tudi kulturno udejstvovanje, ki človeku povrne samopodobo - samopotrditev pa potrebuje prav vsak.

Ali v razvitih državah drugače gledajo na starost?

Evropejci, denimo, sploh ne poznajo statusa upokojenca, ker tam ni nikakršne razlike med zaposlenim in upokojenim. Povsem samoumevno jim je, da starejši tudi po upokojitvi ostanejo pomemben člen družbenega dogajanja. Pri nas pa se v trenutku upokojitve zmanjšajo vse pravice, še več, začne se diskriminacija, začnejo se najrazličnejše kršitve pravic. Nihče ne varuje integritete starejših, čeprav je to še kako pomembno za zdravo družbo in sožitje v njej.

Beseda upokojenec ima v slovenščini negativno konotacijo. Zakaj naj bi s pokojnino kar čez noč postal upokojensko onemogel in star? Še vedno sem (govorim tudi zase) dejaven na poklicnem in na drugih področjih. Čeprav nisem več »plačanec«, pač pa upokojenec, nisem izgubil svojega poklica.

Vedrejša podoba starosti

S pojavom nove kulture staranja in s tem povezane humane in vedrejšje podobe starosti je treba nekaj storiti tudi za spreminjanje stare podobe, najprej pa spoznavati in odpravljati tabuje, predsodke, stereotype, ki so značilni za prag procesa staranja (65 let) in tistih, ki so v tretjem življenjskem obdobju. Vse generacije morajo prispevati k učinkoviti družbi.

V Sloveniji si ne prizadevamo dovolj, da bi s spodbujevalnimi ukrepi izboljšali kakovosti življenja (vseh generacij). Neenotno razumevanje (strok, vladnih resorjev, civilne družbe) je vse prej kot ugodno izhodišče za uresničevanje koncepta aktivnega staranja. Nimamo dovolj raziskav dejavne starosti.

Primeri dobrih praks

Ni dovolj le sedeti križem rok in se pritoževati nad stvarmi, ki te motijo v lastni državi. Če nisi pripravljen česa ukreniti, si zaslužiš to, kar dobiš! V Sloveniji smo premalo pozorni na že uveljavljene primere dobrih praks, ki omogočajo konkretno izvedbo kakovostnega aktivnega staranja in sožitje generacij. Poletni požari so pokazali, kako 150 tisoč prostovoljnih gasilcev vseh generacij v Sloveniji nesebično in brez plačila priskoči na pomoč drugim tudi v življenjsko nevarnih okoliščinah. Prostovoljska gasilska dejavnost prinaša bogato učno izkušnjo, omogoča razvoj družbenih veščin in kompetenc ter prispeva k solidarnosti in resnični demokraciji.

V povezavi s prostovoljstvom je pri nas prezrto prostovoljstvo v

kulturi, kjer v kulturnih društvih deluje več kot 130 tisoč članov. Prostovoljstvu v kulturi je treba priznati pomen in ceno, ki je predvsem moralna, saj bogati življenje tako prostovoljcem kot tisočim, ki jim je namenjena njihova ustvarjalnost.

Kulturno društvo je treba razumeti kot sestavino življenjskega habitusa in tako prepričanje je treba osvojiti že v mladosti. Mnoge stvari, ki jih je lepo početi, niso izvedljive ne v družini niti v službi, ampak si to omogočamo v kulturnem društvu: zborovsko petje, ljudski plesi, sodobni ples, skupinsko muziciranje, gledališke predstave, slikanje ... Za večino kulturnih društev je značilna večgeneracijska sestava in le redke dejavnosti so namenjene pretežno mladim. Morda je to dandanes sploh edina priložnost, ki je še ostala od naravnega načina življenja, v katerem se pri skupni nalogi povežejo vse generacije. Včasih se starejši sami odločijo za oblikovanje t. i. seniorskih ali veteranskih sekcij ali celo samostojnih kulturnih društev, ker pač sledijo specifičnim programskim željam, izvajalskim posebnostim itd. Tako pri društvih upokojencev nastajajo pevski zbori, veteranske godbe, veteranske folklorne skupine, seniorski literarni klubi, likovne sekcije za tretje življenjsko obdobje. Vključitev v društvih je tesno povezana z zdravjem in dobrim počutjem.

Večina prostovoljnih dejavnosti v društvih spodbuja medgeneracijsko solidarnost in sodelovanje bodisi kot cilj, ki je vrednota sam po sebi, ali pa z dejanskim povezovanjem različnih starostnih skupin. Ko različne generacije delajo skupaj in imajo isti cilj, pride do boljšega razumevanja med generacijami in ustvarjalnejšega sobivanja. Prostovoljno delo je najhitrejši in najbolj praktičen način, kako lahko človek prispeva k izboljšanju kakovosti življenja vseh generacij in k razvoju družbeno bolj kohezivne in solidarne družbe.

Sklepna misel

Vsaka politika mora biti človeška! Socializem in kapitalizem sta preživeta, čas je za solidarnost! Na festivalih za tretje življenjsko obdobje že vrsto let opozarjamo državo, ljudi, ki se ukvarjajo z ekonomsko politiko, da ni vse kapital, ampak j tudi človek, ki je nad kapitalom, ki je vse to ustvaril in naj to tudi uživa.

Država naj od verbalnega deklariranja enake dostopnosti in možnosti za vse starosti preide k dejanjem – se pravi k sprejetju takih sistemskih ukrepov, ki bodo omogočali starejšim in drugim generacijam, da polno sodelujejo v vseh aspektih družbenega življenja. Če država poskrbi za dobre razmere, ljudje sami, na civilni ravni organizirajo programe, ki najbolje in najceneje dosega te namene.

Država naj se dovolj hitro odziva na pobude civilne družbe za zagotavljanje enakovrednega družbenega položaja vseh generacij. Terminologijo s področja (aktivnega) staranja in starosti je treba začeti razčlenjevati še s pomočjo drugih ved (ne le socialne in gerontološke). Življenja po petdesetem ali petinšestdesetem letu ne pokriva ena stroka. Festival za tretje življenjsko obdobje naj naslednje leto posveti terminologiji posebno strokovno obravnavo in da pobudo ustrezni terminološki komisiji SAZU.

*Milan Pavliha, prof. ped.,
Socialna zbornica Slovenije
(Povzetek info.zdus)*

Dunajska ministrska deklaracija 2012

- Predstavniki držav članic UNECE (Ekonomске komisije Združenih narodov za Evropo), ki so se 19. in 20. septembra 2012 sestali na Dunaju na ministrski konferenci o staranju, potrjujejo svojo zavezo, ki smo jo dali v Berlinski ministrski deklaraciji leta 2002 in jo nato potrdili v Leonski ministrski deklaraciji leta 2007, da bomo (v naše politike) vgradili regionalno strategijo izpolnjevanja (RIS) madridskega mednarodnega načrta aktivnosti na področju staranja (MIPAA).
 - Pozdravljamo zaznaven napredek v pričakovanem trajanju življenja v regiji, kar pomeni, da vedno večji odstotek prebivalcev živi dlje in so bolj zdravi. Zavedamo se, da v nekaterih državah v ekonomski tranziciji zdajšnji napredek še ni popolnoma nadomestil izgube v pričakovanem trajanju življenja prebivalstva, zlasti pa moških.
 - Ugotavljamo, da so (enduring) demografske spremembe prinesle za regijo tako priložnosti, kot izzive. Zavezali smo se, da bomo izboljšali osveščenost in izboljšali potencialne možnosti starejših v prid našim družbam in da bomo povečali kakovost njihovega življenja tako, da jim bomo omogočili izpolnitev osebnih pričakovanj v starosti, izboljšali pa bomo tudi njihovo participacijo v socialnem in ekonomskem razvoju naših držav.
 - Priznavamo pravice starejših in zaskrbljeni ugotavljamo, da je diskriminacija starejših še vedno ovira, da bi uživali polno, zdravo življenje kot aktivni člani naših družb.
 - Zavezujemo se, da se bomo lotili individualnih in družbenih izzivov, ki jih prinaša staranje prebivalstva, s primernimi in vzdržnimi merami finančne varnosti v starosti, z doživljenjsko skrbjo za zdravje in socialno varnost, vključno z dolgotrajno oskrbo in z uvajanjem sistemov podpore aktivnemu staranju, z doživljenjskim učenjem in vključevanjem starejših v različne družbene sfere brez diskriminacije, zlasti pa z upoštevanjem možnosti starejših žensk.
 - Zavedamo se, da se je uvajanje UNECE RIS/MIPAA programa v zadnjih petih letih dogajalo v času podaljševane globalne ekonomske krize, ki je v večini dežel v regiji prizadela družine in lokalne skupnosti, vključno z njihovimi starejšimi člani in še posebej s starejšimi ženskami.
 - Zavedamo se tudi, da medtem ko nekatere države članice še vedno iščejo bolj vsestranske odgovore na individualne in družbene potrebe starajočih se družb, skušajo druge v prihodnje ohraniti že doseženo dostopnost starejših do primerne socialne zaščite in dobro delujočih sistemov izobraževanja, zdravstvenega in socialnega varstva, primerne za oba spola in njihove možnosti za enakopravno partnersko participacijo v družbi.
 - Ugotavljamo pomemben napredek, ki so ga naredile države članice pri izpolnjevanju desetih zavez UNECE RIS/MIPAA v zadnjem petletnem obdobju.
- Pomembni dosežki na tem področju so med drugim:**
- večja pozornost načrtovalcev razvoja, medijev in javnosti staranju prebivalstva in starejših, vključno z večjim prepoznavanjem dostojanstva starejših, njihovih človekovih pravic in svoboščin, njihov potencial za prispevek k socialnemu in ekonomskemu razvoju, solidarnosti med generacijami in koheziji v družbi;
 - naraščanje iniciativ za prilagoditev sistemov socialne varnosti posledicam demografskih sprememb;
 - naraščajoče vključevanje civilne družbe, zlasti organizacij starejših v oblikovanje, razvijanje in spremljanje politik, ki določajo pravice, potrebe in pričakovanja starejših;
 - naraščanje uporabe inovativnih rešitev pri razvijanju izobraževalnih, zdravstvenih, rehabilitacijskih in socialnih servisov, in to vključno s tehnološkimi in organizacijskimi inovacijami, kot tudi s promocijo večjega vključevanja in sodelovanja javnosti, zasebnega in neprofitnega sektorja v razvoj te servisne dejavnosti in
 - ustanovitev UNECE delovne skupine na področju staranja kot meddržavnega telesa za regionalno sodelovanje pri uveljavljanju RIS/MIPAA in nadzoru nad njim.
 - Zavedamo se, da napredek v razvoju družbe vseh starosti ni enak med državami regije. Zavedamo se tudi mnogih izzivov pri uveljavljanju RIS /MIPAA, vključno z naslednjim:
 - v mnogih družbah se še vedno soočajo z ovirami in predsodki, ki zavirajo dosego medgeneracijske enakosti in vzajemnosti. Ostaja potreba po ukrepih na področju zdravju in kakovosti življenja starejših, ki morajo biti dopolnjeni z nalogami za povečevanje pristojnosti starejših, zlasti starejših žensk ter z ukrepi za preprečevanje nasilja nad starejšimi, zanemarjanja in zapostavljanja ter osamljenosti, kot tudi s krepitvijo medgeneracijske solidarnosti;
 - v mnogih deželah so bili medli in kratkoročni ukrepi, ki spodbujajo zdravo staranje, na področju preprečevanja bolezni in spodbujanja zdravja;
 - v nekaterih deželah je prepočasen napredek pri prilagajanju nacionalne delovne in upokojitvene zakonodaje;

- še vedno obstaja potreba, da prizadevanja za prilagoditev sistemov socialne varnosti demografskim spremembam in finančnim izzivom postanejo ena osrednjih sestavin dogajanja na nacionalni ravni in
 - naraščajoča potreba po dolgotrajni oskrbi predstavlja dodatne izzive javnim sistemom zagotavljanja nege, kot tudi civilni sferi in družini.
- V prizadevanjih za uveljavljanje UNECE RIS/MIPAA v tretjem ciklusu razvoja (2012- 2017), smo odločeni, da bomo do leta 2017 dosegli naslednje cilje:

Spodbujanje podaljševanja delovnega obdobja in ohranjanje sposobnosti za delo s:

- promocijo in spodbujanjem zdravega življenjskega sloga in dobrega počutja na delu, s preprečevanjem nalezljivih bolezni in nadzorom nad njimi, z zagotavljanjem varnih in zdravih delovnih razmer, vključno z ukrepi za izboljšanje razmerje med delom in življenjem ter z uvedbo prožnih shem delovnega časa skozi vse delovno obdobje;
- z doseganjem večje zaposljivosti starejših moških in žensk s primernimi spodbudami, ki med drugim zadevajo obdavčitev in sisteme socialne varnosti, starosti prijazno delovno okolje, fleksibilen delovni čas, informiranje, letom primerno izobraževanje in dodatno izobraževanje ter ukrepe (age management) v javnem in zasebnem sektorju;
- z razvojem politike zaposlovanja, ki bo temeljila na spoznanju, da je zaposlovanje mladih in starih komplementarno in dobro za vse. To pa bo mogoče zagotoviti s promocijo pozitivnega odnosa do starejših delavcev in z odpravljanjem starostne diskriminacije na trgu dela;
- s tem, da bomo naredili prehod v upokožitev bolj fleksibilen in da bomo uvedli spodbude za podaljšanje delovne dobe v skladu z individualnimi potrebami in pričakovanji;
- da bomo pokojninske reforme prilagodili demografskim spremembam, všteti vse daljšo življenjsko dobo in vse večje vključevanje starejših v delo v neformalnem sektorju v nekaterih deželah. Promovirali bomo vzdržnost javnih in zasebnih pokojninskih sistemov in zagotovili univerzalno pokritost in
- promovirali bomo vlogo starejših delavcev kot prenašalcev znanja in izkušenj na mlade delavce.

Participacijo, nediskriminacijo in socialno vključevanje starejših bomo promovirali z:

- zmanjšanjem gnotne stiske, revščine in socialne izključenosti starejših, zlasti starejših žensk, in z boljšo dostopnostjo starejših do virov, ki jim omogočajo zadovoljevanje njihovih potreb;
- povečali bomo aktivnosti za preprečevanje diskriminacije na podlagi spola, rase, etnične pripadnosti, vere ali verovanja, invalidnosti, starosti ali spolne usmerjenosti;
- izboljšali bomo možnosti ljudi, da se bodo bolj zavedali svojih možnosti za vzdrževanje fizične, duševne in socialne blaginje skozi vse življenje ter da bodo po svojih potre-





Kakšen mora biti predsednik

- Predsednik države je oče naroda, zato mora spoštovati demokratična načela
- Strankarsko mora biti neodvisen, saj mora biti nepristransko
- Biti mora mednarodno izkušen politik, znanje je treba veliko kilometrine v mednarodnih zadevah. Znati se mora upreti mednarodnim pravnim izzivom
- Biti mora spoštovan v mednarodnem okolju
- Predsednik države ne sme hoditi na partije
- Veliko odgovornost ima kot vrhovni poveljnik, zlorabi vojsko v politične in strankarske namene
- Za izbiro veleposlanikov mora imeti izkušnje in odsluženih, nestrokovnih strankarskih članov
- Imeti mora veliko mednarodnih izkušenj
- Znati mora voditi strokovne skupine, ki so pripravljene delati pod njegovim vodstvom
- Ves čas mora svoje interese podrejevati interesom države, kolikor je v njegovi moči pomagati ljudem

Starejši smo tisti, ki se moramo odločiti za mlade in vnukov. Na voliščih moramo izbrati tistega, ki je najbolj usposobljen, da zasede tisto mesto.

102. člen Ustave Republike Slovenije (funkcija predsednika republike)

Predsednik republike predstavlja Republiko Slovenijo in je vrhovni poveljnik njenih obrambnih sil.

107. člen Ustave Republike Slovenije (pristojnosti predsednika republike)

Predsednik republike:

Mora biti k slovenske države?

Mora biti moder, strokovno dobro podkovan v mednarodnih odnosih, dosledno, opozarjati mora politike in politične stranke, da jih spoštujejo.

Mora bedeti nad pravno državo ne glede na to, katera stranka je na oblasti.

Mora, ki ve kje, kdaj, kaj in kako povedati, ko predstavlja slovensko državo. Za to mednarodnem prostoru.

Mora, ki načenjajo nacionalno suverenost.

Mora, saj bo le tako lahko uveljavljal pravice majhnega naroda mlade države.

Mora, ki ve kje, kdaj, kaj in kako povedati, ko predstavlja slovensko državo. Za to mednarodnem prostoru.

Mora, ki ve kje, kdaj, kaj in kako povedati, ko predstavlja slovensko državo. Za to mednarodnem prostoru.

Mora, ki ve kje, kdaj, kaj in kako povedati, ko predstavlja slovensko državo. Za to mednarodnem prostoru.

Mora, ki ve kje, kdaj, kaj in kako povedati, ko predstavlja slovensko državo. Za to mednarodnem prostoru.

Mora, ki ve kje, kdaj, kaj in kako povedati, ko predstavlja slovensko državo. Za to mednarodnem prostoru.

Mora, ki ve kje, kdaj, kaj in kako povedati, ko predstavlja slovensko državo. Za to mednarodnem prostoru.

**Čitati modro, ko gre za usodo slovenskega prebivalstva, za usodo naših otrok
i tistega,
o mesto.**

- razpisuje volitve v državni zbor;
- razglša zakone;
- imenuje državne funkcionarje, kadar je to določeno z zakonom;
- postavlja in odpoklicuje veleposlanike in poslanike republike in sprejema poverilna pisma tujih diplomatskih predstavnikov;

- izdaja listine o ratifikaciji;
- odloča o pomilostitvah;
- podeljuje odlikovanja in častne naslove;
- opravlja druge zadeve, določene s to ustavo.

Na zahtevo državnega zbora mora predsednik republike izreči mnenje o posameznem vprašanju.



- bah, željah in zmožnosti polno angažirani v družbi;
- zagotovili doživljenjski dostop do različnih oblik visoko kakovostnega izobraževanja in usposabljanja, vključno z naprednimi tehnologijami;
- zagotovili sodelovanje starejših v političnem, ekonomskem, kulturnem in socialnem življenju;
- omogočili neposredno sodelovanje starejših in zlasti žensk v procesih odločanja na vseh ravneh ter v organizacijah starejših znotraj civilne iniciative;
- proti ageizmu se bomo bojevali s kampanjami osveščanja in s spodbujanjem medijev in drugih mnenjskih voditeljev za prikazovanje starostno uravnotežene podobe družbe, da bomo poudarjali pozitivne aspekte staranja, razvili nediskriminatoren pogled na starejše in razširili vedenje o starosti kot o naravnemu obdobju individualnega razvoja. Starejše ljudi bomo vključili v načrtovanje, uvajanje in evalvacijo tovrstnih medijskih programov;
- zavzemali se bomo za lahek dostop mladih in starih do informacij in izobraževanja, ki jim zagotavlja dostojanstvo in človekove pravice;
- izboljšali bomo zbiranje in medsebojno izmenjavo podatkov, statistike in kakovostnih informacij za boljši nadzor nad kakovostjo življenja in spoštovanjem dostojanstva starejših, vključno z nadzorom nad zlorabo in pomanjkanje njihovih človekovih pravic, da bomo izoblikovali in uveljavili primerno politiko, ki bo temeljila na podatkih in
- upoštevali bomo različne potrebe vse večjega števila starejših v sestavi etničnih skupin in migrantov ter si prizadevali, da bi jim zagotovili integracijo v družbo in participacijo, kot jo imajo drugi.

Promocija in varovanje človekovega dostojanstva, zdravja in neodvisnosti:

- z ukrepi, ki bodo med drugim preprečevali predsodke, zanemarjanje, zlorabo ali diskriminacijo, bomo varovali dostojanstvo starejših oseb, zlasti invalidnih, ter krepili občutek pripadnosti in samozavesti starejših;
- pospešili bomo aktivnosti pri promociji zdravja, zdravstvenega varstva in zaščite, pa tudi aktivnosti pri preprečevanju bolezni in poškodb v vseh starostih, da bi tako zmanjšali pojavnost bolezni in invalidnosti ter pomagali zagotoviti visoko psihično in duševno aktivnost, neodvisno življenje, kot tudi aktivno participacijo skozi ves življenjski cikel;
- posebno pozornost bomo posvetili preventivi, zgodnji diagnostiki in zdravljenju, negi, zlasti dolgotrajni negi ter socialni varnosti oseb z alzheimerjevo boleznijo in z drugimi oblikami demence, ob tem pa bomo skrbeli za njihovo dostojanstvo in preprečevali diskriminacijo teh oseb v družbi;
- spoštovali bomo samoodločanje in dostojanstvo kot osrednji vrednote ob koncu človekovega življenja. To mora biti primarno pravilo v negi in zdravljenju, vključno z dolgotrajno in paliativno oskrbo;

- izboljšali bomo koordinirano pomoč starejšim ob naravnih nesrečah in jim tako zagotovili, da bodo v največji možni meri ohranili svoje zdravje ter, socialne in funkcionalne sposobnosti;
- olajšali bomo dostop do starosti primernih, finančno dosegljivih in učinkovitih visoko kakovostnih storitev ter servisne dejavnosti ter si prizadevali za večjo mobilnost ljudi v starosti prijaznih okoljih;
- razvili bomo inovativne metode in tehnike za uporabno, finančno dosegljivo in varno pomoč in nego starejših na njihovih domovih;
- s promoviranjem servisne dejavnosti, kot tudi s pomočjo posameznikom in družinam si bomo prizadevali za 'staranje v domačem okolju' in da bi lahko starejši kar se da dolgo živeli v domačem okolju in soseščini. Servisna dejavnost bo morala bolj upoštevati posebne potrebe žensk, zlasti tistih, ki živijo same;
- promovirali bomo arhitektonske spremembe in inovacije v načrtovanju bivalnih enot, prirejenih spremenjenim potrebam in funkcionalnim sposobnostim ljudi, ki se starajo;
- s primernimi ukrepi bomo spodbujali samopomočne aktivnosti starejših za neodvisno življenje ali življenje ob pomoči okolja, in to vključno z medgeneracijskimi bivalnimi enotami ter ob prizadevanju, da bi upoštevali individualne in da bi bile ustrezno zadovoljene tako v domačem okolju, kot v institucijah;
- zagotavljali bomo kontinuirano, dostopno, dosegljivo, visoko kakovostno zdravstveno nego in oskrbo, in to od programov primarne oskrbe in oskrbe na domu pa vse do različnih oblik institucionalne pomoči;
- priznali in izboljšali bomo status neformalnih in formalnih negovalcev, vključno z negovalci migranti, pomagali jim bomo z izobraževanjem in z človeka vrednimi delovnimi razmeram ter z ustreznim nagrajevanjem;
- priznali bomo negovalce v družini, ki so večinoma ženske, in jim pomagali tako, da bomo zadovoljevali njihove potrebe ter si prizadevali usklajevati njihovo delo doma in na delovnem mest, sprejeli pa bomo tudi ukrepe za njihovo socialno zaščito.

Medgeneracijsko solidarnost bomo krepili in vzdrževali s:

- promocijo in izboljševanjem multigeneracijskega dialoga in medgeneracijskega učenja vseh udeležencev, vključno z vladami, nevladnimi organizacijami, zasebnim sektorjem, z mediji in z civilnim prebivalstvom;
- z izboljšanjem sodelovanja med organizacijami mladih in organizacijami seniorjev;
- s prepoznavanjem in spodbujanjem skupnega prostovoljstva ljudi vseh starosti;
- s pripravo in izvedbo izobraževalnih kampanj javnosti, zlasti pa mladih o problemih individualnega staranja in staranja prebivalstva. Izobraževanje mora vključevati učenje o

zdravem, aktivnem staranju kot delu življenjskega cikla, biti mora uvrščeno v kurikule vse izobraževalnih ustanov, da bi se tako med starejšimi okrepilo vedenje o problemih, življenjskih razmerah in izzivih mlajših generacij;

- solidarnost med generacijami omogoča primerno in vzdržno socialno varnost starejših, pri čemer gre tudi za pomemben prispevek starejših moških in žensk na različnih področjih v lokalnem okolju, pa za podaljševanje zaposlenosti, za brezplačno nego mlajših in starejših članov družin, za prostovoljno delom, pa tudi za plačljive storitve in za prostovoljnimi prispevki v prid mlajših v družinah in lokalnih skupnostih;
- z razvojem in izvedbo socialno odgovornih, finančno sprejemljivih in vzdržnih strategij, ki bodo zajele potrebe, zmogljivosti in pričakovanja zdajšnjih in prihodnjih generacij ter promovirale enake možnosti za njihovo uveljavljanje.
- Da bi dosegli načrtovane cilje pri izvedbi UNECE RIS/MIPAA v obdobju 2013-2017 je potrebno vključiti staranje in promocijo aktivnega staranja v nacionalne strategije, kot je to definirala Svetovna zdravstvena organizacija, pri tem pa upoštevati pomen vseživljenjskega pristopa. Poudarjamo tudi potrebo in mednarodno zavezo o promocijo aktivnega staranja, vključno z preprečevanjem in nadzorom nad nalezljivimi boleznimi, ter upoštevaje zlasti socialne pogoje zdravja.
- Poseben poudarek bomo namenili večji osveščenosti družbenih okolij o prednostih aktivnega staranja za danes in za jutri, poudarili bomo potrebo po zagotavljanju dovolj finančnih sredstev za doseg tega. V regiji si bomo zavzemali za inovativne in učinkovite aktivnosti, kakršne so bile promovirane v letu aktivnega staranja in medgeneracijskega sožitja (2012) ter slediti njihovim ciljem.
- Prednost dajemo tudi temu, da bo politika na področju staranja in njena neposredna izvedba postala skupna odgovornost vseh najpomembnejših dejavnikov v družbi. Posledično gre za potrebo po učinkoviti promociji sodelovanja vlad, načrtovalcev razvoja, zasebnega sektorja, socialnih partnerjev, raziskovalcev in organizacij starejših, kot tudi drugih nevladnih organizacij. To sodelovanje je posebej pomembno za to, da bi lahko identificirali potrebe po oblikovanju primernih odgovorov in po pripravi učinkovitih programov, po nadzoru in evalvaciji programov staranju, utemeljenih na podatkih.
- Zavedamo se, da je raziskovanje vitalnega pomena za razvoj in izvedbo učinkovitih programov in politik. Vzdržna raziskovalna infrastruktura, učinkovitejše zbiranje podatkov, dolgotrajno raziskovanje in medsektorsko sodelovanje moramo krepiti in razvijati.
- Cenimo prispevek civilne družbe in starejših pri uveljavljanju določb RIS/MIPAA in se zavezujejo za zagotavljanje trajnega partnerstva med vodilnimi udeleženci izvedbenega procesa.

S terena

Dan boja proti nasilju nad ženskami



Kot sestavni del 16 dni aktivizma v boju proti nasilju in v počastitev 5. decembra, mednarodnega dne boja proti nasilju nad ženskami je ZDUS s partnerji v projektu STOP V.I.E.W. »Ustavimo nasilje nad starejšimi ženskami« ter v sodelovanju z Zavodom Emma in društvom SOS telefon pripravil dve akciji za večjo osveščenost javnosti. Prva - Podari rožo nenasilja - se je dogajala na mestni tržnici v središču Ljubljane, na njej pa so organizatorji javnost in mimoidoče opozarjali na resnost nasilja nad starejšimi ter jih vabili, da tudi sami pripomorejo k zmanjšanju nasilja. V znak podpore je starosta boja proti nasilju nad starejšimi Angelca Žiberna delila rože nenasilja, vsem pa je bilo na voljo tudi informativno gradivo in druge informacije. Druga akcija, ki jo še pripravljajo, bo posvet v državnem svetu 6. decembra letos z naslovom Generacije skupaj proti nasilju nad starejšimi, zlasti starejšimi ženskami.

info.zdus

Svetovalnica za izboljšanje bivanja



Ta mesec so v prostorih ZDUS na Kebetovi. ul. 9 v Ljubljani odprli vrata svetovalnici za izboljšanje bivanja starejših. Njen namen je pomagati starejšim pri reševanju bivalnih težav. Poleg pomoči bo svetovalnica predstavljala tudi dobre prakse iz tujine, pripravlja predavanja, delavnice, okrogle mize ipd.



Svetovalnica želi spremeniti zakoreninjeno prepričanja, da je starost mogoče preživeti le doma ali v domu za starejše. Tako bodo svetovalci opozarjali na možnosti, ki so starejšim še na voljo (denimo skupno bivanje več starejših skupaj, oddajanje dela stanovanja študentom, zamenjava večjega stanovanja za manjše ipd.). S to svojo dejavnostjo svetovalca ne omogoča zgolj izboljšanja kakovosti življenja v starosti, ampak tudi pomaga k znižanju stroškov, ki jih imajo starejši z vzdrževanjem svojega stanovanja.

Svetovalnica se je že povezala z vsemi pomembnejšimi ustanovami in navezala stike s strokovnjaki, ki bodo starejšim brezplačno svetovali in predlagali, kako si zagotoviti oskrbo na domu, kako adaptirati hišo, stanovanje, kakšna je ponudba oskrbovanih stanovanj, kakšne so možnosti za zamenjavo stanovanja, kakšne so aktivnosti in storitve društev upokojujencev ter centrov dnevnih aktivnosti za starejše.

Na svetovalce se lahko obrnete vsak torek in četrtek med 10. in 16. uro ali v ob sredah med 12. in 18. uro v prostorih ZDUS na Kebetovi. ul. 9 v Ljubljani ali pokličite na telefonsko številko 01/519 41 17.

Svetovalnica so že obiskali prvi starostniki. Starejši gospe, ki se je po kapi vrnila iz bolnišnice domov in ne more več skrbeti zase, ker je priklenjena na posteljo, so že pomagali poiskati ustrezno namestitev. Tudi vam bodo svetovalci predstavili proste zmogljivosti v domovih za starejše, vas seznanili s ceniki, pri njih pa boste lahko dobili tudi obrazce za namestitev v domu za starejše, vas in vaše svojce pa bodo seznanili tudi z dodatkom za pomoč in postržbo ter predstavili storitve in cenik storitev Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana.

info.zdus

Usposabljanja za BOPRO



Program Starejši za starejše se lahko pohvali s programom BOPRO, ki omogoča vnos podatkov s terena, z veliko sledljivostjo in poimensko statistiko. Letos smo v sodelovanju s podjetjem A-Soft v vseh pokrajinah pripravili več usposabljanj za delo s programom in ga v Ljubljani in Podravju tudi ponovili.

Izobraževanja se je udeležilo več kot 300 prostovoljk in prostovoljcev.

info.zdus

Še zadnja poletna srečanja upokojujencev

Zvrstila so se še zadnja poletna srečanja upokojujencev, ki jih pripravljajo pokrajinske zveze. Drugačno od vseh druženj je bilo osrednjeslovensko, ki se je dogajalo v okviru otroškega bazarja





Tudi starejši imamo pravico živeti v miru in varnem okolju.

Imamo pravico do življenja brez nasilja.

Če doživljate zanemarjanje ali drugo nasilje je prav, da poskrbite zase in poiščete pomoč.

Ko kdo na vas vpije, vas žali, zaničuje, z vami grdo ravna, ne poskrbi za vaše potrebe, vas dolgo pušča same, vas zapira v sobo, vam ne dovoli druženja s tistimi, ki jih imate radi in drugimi ljudmi, vam ne daje dovolj hrane, vas ne pelje k zdravniku, vam ne daje zdravil, vam ne pomaga pri osebni negi, pri umivanju, previjanju, oblačenju, ne poskrbi, da vam je toplo in da živite v čistem prostoru, jemlje vaš denar, vas pretepa, spolno nadleguje,

pokličite na BREZPLAČNI SOS telefon: 080 11 55 (od ponedeljka do petka od 12^h do 22^h, ob sobotah, nedeljah in praznikih od 18^h do 22^h).

3. odstavek 4. člena Zakona o preprečevanju nasilja v družini

Posebne skrbi pri obravnavanju nasilja in nudenju pomoči žrtvam so deležne starejše osebe in invalidi ter osebe, ki zaradi osebnih okoliščin niso sposobne skrbeti zase.

inscribo | foto: shutterstock

septembra na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani. Gre sicer za tradicionalno druženje otrok, letos pa so se jim s predstavitvijo aktivnosti pridružili njihovi dedki in babice. Predstavili so se jim v nadstropju osrednjega dela razstavišča, na osrednjem odru pa so igrali ljubljanski godbeniki veterani, vse udeležence, mlade in stare pa sta pozdravila predsednik osrednjeslovenske oz. ljubljanske PZDU in predsednik evropskega upokojenskega združenja AGE Marjan Sedmak in ljubljanski župan Zoran Janković.

Veselo je bilo tudi v Podčetrtku, kjer so se zbrali upokojenci celjske pokrajine. Imeli so dva gosta, predsednika države dr. Danila Türka (povzetek govora objavljamo na 2. str.) in predsednico ZDUS dr. Matejo Kožuh Novak, ki je v nagovoru zbranim med drugim dejala: »Kot kažejo prve novice o politični jeseni, se nam obetajo hudi časi. Politiko preživetja slovenske države vodi domači in tuji kapital, ta pa vedno in povsod skrbi zgolj za lastne žepe. Slovenski politiki nas sicer neprestano pitajo z levimi in desnimi oznakami, pri reševanju države iz hude ekonomske krize pa so oboji enako neučinkoviti. Nobenega orodja nimajo, s katerim bi obvladovali bogato in pohlepno manjšino, zato vsakič znova posežejo po plačah in pokojninah. Prvo zniževanje pokojnin, ki je doletelo več kot 26 tisoč upokojencev, pa je le uvod v vsesplošno zniževanje pokojnin.

Marsikdo med polovico slovenskih upokojencev, ki imajo pokojnino, manjšo od 600 evrov, je tistim z višjo pokojnino privoščil, da so jim jo znižali. Le namen varčevanja je bil zgrešen. Tistih 46 milijonov, kolikor naj bi jih s tem ukrepom privarčevali na leto, bi zlahka zbrali med sto najbogatejšimi Slovenci, saj so spričo dejstva, da so obogateli s prisvojitvijo našega skupnega premoženja, tudi dolžni pomagati, ko se je država znašla v stiski! Nemci so to znali storiti, pri nas, v deželi, kjer smo petdeset let gojili medsebojno solidarnost, pa o tovrstni medsebojni pomoči ni ne duha ne sluha.



Slovenski kapital ima v rokah vse vzvode. Vse zakone je zadnjih dvajset let pisalo nekaj odvetniških pisarn, ki zastopajo nove slovenske bogatine. Upremo se jim lahko le s skupnimi nastopi, z enotnostjo starejših in vseh, ki jih sodobna slovenska oblast potiska v revščino, to je študentov, delavcev in upokojencev.«

Zbranim sta dobrodošlico izrekla še župan občine Podčetrtek Peter Misja in predsednik celjske PZDU Emil Hedžet: »Spremljanje kakovost življenja tretje generacije v zadnjih desetletjih, je vedno bolj kazalo številne prednosti v tistem delu tretje generacije, ki je povezan v društvih upokojencev. Spoznavanje teh prednosti pa je nakazovalo smotrnost uvajanja novih oblik organiziranosti, ki bi omogočale še večjo pokritost tretje generacije s članstvom v društvih in povečan vpliv na kakovost njihovega življenja. Tem ciljem smo sledili tudi na Celjskem in jih leta 2003z ustanovitvijo PZDU tudi udeležili.

Z ustanovitvijo PZDU smo spremljanje življenjskih razmer članov društev umestili v prostor Savinjske regije od Solčave do Rogatca. Povezanost tega dela tretje generacije za skupne cilje smo ustvarili za 29 občin, 4 občinske zveze in 74 društev upokojencev, hkrati pa prek ZDUS zagotovili povezanost z nacionalno ravniho.

V našo pokrajinsko zvezi društev upokojencev je vključenih več kot 26.500 članov ali polovica vseh upokojencev. Boljšo povezanost med PZDU in društvi zagotavljamo prek občinskih zvez v večjih občinah, in sicer zveze društev upokojencev Celje, Laško, Žalec in Kozjansko. Vsaka izmed občinskih zvez ima specifične vsebine in način delovanja v okolju. Vsem skupno pa je že dosežena prepoznavnost organizirane skrbi z vplivom na ekonomsko varnost, vzdrževanje psihofizične kondicije, izobraževanje za ohranjanje stika s časom in za ustvarjanje prijaznejšega življenja za svoje članstvo.«

O srečanjih poročajo še iz Posavja in Gorenjske, pa kaj, ko so bila na isti dan kar tri srečanja in nam je žal, da na vsa nismo mogli priti, poročajo pa, da je bilo veselo.

Veselo je bilo tudi med notranjskimi upokojenci v Logatcu. Tudi njih je pozdravil predsednik osrednjeslovenske PZDU in predsednik evropskega upokojenskega združenja AGE Marjan Sedmak, njemu pa so se pridružili še logaški župan Berto Menard, predsednik logaških upokojencev Vladislav Puc in predstavnica ZPIZ Anka Tomiňsek. Zbrani so zapeli so upokojenski pevski zbori iz Cerknice, Vrhnike, Rovt in združeni pevski zbor DU in društva invalidov Logatec.

info.zdus



Darilce za vsak meseč v letu

**Do 100% povračila
kupnine**
v obliki mesečnih
bonusov na
Mobiračunu*

Ob nakupu kateregakoli od novih treh
Mobipaketov vas bomo razvajali še celo leto, saj
vam bomo **z mesečnimi bonusi na Mobiračun v
enem letu vrnilo do 100 % kupnine.**



**BONUS
10
EUR**

**Samsung
E1050**

24 €

Moj Mobi s SIM-kartico



**BONUS
10
EUR**

**Nokia
113**

48 €

Moj Mobi s SIM-kartico



**BONUS
10
EUR**

ANDROID

**Samsung
Galaxy Pocket**

96 €

Moj Mobi s SIM-kartico



Moj Mobi. Moj svet.

WWW.MOBITEL.SI

*Aktivacijska koda za storitev Vračilo do višine kupnine je priložena Mobipaketom Samsung E1050, Nokia 113 in Samsung Galaxy Pocket. Mobiuporabnik lahko na izbrani aktivni Mobištevilki vključi storitev Vračilo do višine kupnine s poslanim SMS-sporočilom na 1918 in ključno besedo KUPNINA xxxxxxx (xxxxxxx predstavlja enkratno kodo za aktivacijo storitve, ki je priložena navedenim Mobipaketom). Storitev je mogoče aktivirati do vključno 31. 1. 2013. Poslani SMS za aktivacijo storitve se zaračuna po veljavnem ceniku Mobi. Z aktivacijo storitve imajo Mobiuporabniki možnost povračila do 100 odstotkov kupnine v obliki dobroimetja na Mobiračun, in sicer le, če v obdobju 360 dni od aktivacije storitve Mobiračun, na katerem je storitev aktivirana, vsakih 30 dni napolnijo vsakokrat za vsaj 5 EUR. Posamezne zneske, skupno do višine kupnine, lahko Mobiuporabniki pridobijo v obliki dobroimetja na Mobiračunu v dvanajstih zaporednih 30-dnevnih obdobjih v višini 2 EUR (Mobipaket Samsung E1050), 4 EUR (Mobipaket Nokia 113) ali 8 EUR (Mobipaket Samsung Galaxy Pocket) v posameznem obdobju. Bonus 10 EUR velja za Mobipakete Samsung E1050, Nokia 113 in Samsung Galaxy Pocket in je v obliki prednaloženega dobroimetja na Mobiračunu. Ponudba Mobipaketov velja do odprodaje zalog. Slike so simbolične. Cene so navedene v EUR in vključujejo DDV, Telekom Slovenije, d. o. o., si pridržuje pravico do spremembe cen in pogojev. Več informacij o storitvi Vračilo do višine kupnine ter ostalih Mobistoritvah in Mobipaketih je na voljo na www.mobitel.si.



mobi

Obvestila

DARS za ravnanje ob zastojih na avtocesti

Skrb za uporabnice in uporabnike avtocest in hitrih cest je ena pomembnejših nalog družbe DARS. Prav pravilno razvrščanje vozil lahko ob zastojih na avtocesti reši marsikatero življenje, saj so posledice prometnih nesreč še hujše, če intervencijska vozila ne morejo do kraja nesreče.

DARS v sodelovanju z Upravo RS za zaščito in reševanje in gasilci, z Javno agencijo RS za varnost prometa, AMZS in policijo že deli več 10 tisoč zloženek o pomenu pravilnega razvrščanja ob zastoju na avtocesti ali hitri cesti, na več mestih ob avtocestah pa namešča plakate, ki uporabnike opozarjajo o pravilnem razvrščanju vozil ob zastoju. DARS uporabnikom avtocest in hitrih cest tudi svetuje, da se na spletni povezavi www.dars.si/Dokumenti/Napotki/Pravilno_razvrscanje_ob_zastoku_na_avtocesti_798.aspx podrobneje seznanijo s pravilnim razvrščanjem.

Ob zastoju na avtocesti ali hitri cesti je intervencijskim vozilom nujno potrebno zagotoviti reševalni pas. Med kolonama vozil na prehitevalnem pasu in voznem pasu mora biti dovolj prostora za vožnjo intervencijskih vozil, ki so opremljena z modro ali rumeno lučjo. Vozila na voznem pasu se morajo razvrstiti na desno stran do robne črte, vozila na prehitevalnem pasu pa na skrajno levo stran do robne črte.

info.zdus

Druga serija evro bankovcev

Banka Slovenije je v začetku novembra izdala obvestilo, da bo maja leta 2013 dala v obtok nov bankovec za 5 evrov. Sledili bodo še drugi bankovci, in to za 10, 20, 50, 100, 200 in 500 evrov. Velikost in barve bankovcev ostajajo nespremenjene.

Novost na sprednji strani bo velika in odebeljena številka vrednosti bankovca v reliefnem tisku, ki ga je mogoče otipati, kar bo v pomoč starejšim in slabovidnim pri razlikovanju.

Pozor: nekaj časa bodo v obtoku bankovci obeh serij, datum, od katerega pa bankovci prve serije ne bodo več zakonito plačilno sredstvo, bo pravočasno objavljen. Bankovci prve serije po uvedbi nove serije ne bodo izgubili vrednosti in jih bo mogoče zamenjati v centralnih bankah Evrosistema.

info.zdus

Projekt My Companion - Moj tovariš

Gre za nov projekt AAL (Ambient Assisted Living), namenjen starejšim, ki niso v dnevnem stiku s sodobnimi tehnološkimi napravami ali imajo strah pred njimi.

V tem projektu so ustvarjalci razmišljali drugače – kako starejšemu uporabniku ponuditi sodobno tehnologijo na njemu najbližji način. V ta namen ponujajo zamisel o uporabi televizijskega sprejemnika z vmesnikom, ki bo kot nekakšen pretvornik skrbel za množico dodatnih funkcij in bo pa nadvse preprost za uporabo ter cenovno dostopen. Tako se bo televizijski sprejemnik znašel še v vlogi

računalnika, telefona, kamere, signalne naprave in kot orodje za komunikacijo prek zaslona s sorodniki, znanci in prijatelji.

Uporabnik bo lahko s televizorjem ter z ustreznim vmesnikom dostopal tudi na svetovni splet. Lahko bo pregledoval pošto na socialnih omrežjih ali se naročil na pregled pri zdravniku. Projekt je, ko gre za vmesnike, podoben projektu SAAPHO, vendar bo še bolj preprostost in cenovno dostopnejši.

Priključitev naprave naj ne bi trajal več kot 15 minut, uporabnik pa bi jo moral obvladati že po dobre pol ure strokovnega uvajanja, saj se uporaba ne bo bistveno razlikovala od uporabe televizijskega pilota z nekaj dodatnimi funkcijami.

ZDUS bo tudi v tem projektu kot v drugih podobnih nastopil kot preizkuševalec naprave v razvoju.

info.zdus

Sodelujte v dobrodelni akciji

Si lahko mislite, da čez noč ostanete brez vsega, za kar ste garali vse življenje? To so občutili ljudje na več območjih Slovenije, ki so jih nedavno tega prizadele poplave.

Zveza društev upokojencev Slovenije se je odločila priskočiti na pomoč prizadetim v poplavah.

Na ZDUS, Kebetova ul. 9, Ljubljana lahko dostavite oblačila in obutev vseh velikosti, odeje in posteljnino, brisače, igrače za najmlajše, ozimnico in osnovna živila z daljšim rokom uporabe, električne radiatorje in kaloriferje.

Na naslove še drugih 7 zbirnih centrov (priloga) pa lahko dostavite tudi vzmetnice, pohištvo, hladilnike in pralne stroje.

Pošta Slovenije omogoča brezplačno oddajo pošiljk na naslove zbirnih centrov!

Za dodatne informacije nas pokličite na tel. 01/519 50 86 ali nam pišite na elektronski naslov info@zdus-zveza.si.

*dr. Mateja Kožuh Novak,
predsednica ZDUS*

Naslovi organiziranih zbirnih centrov

Zbirni center Duplex

Cesta k Dravi, 2241 Spodnji Duplex

Zbirni center Dogoše

PGD Dogoše, Dupleška cesta 237, 2000 Maribor

Zbirni center Ptuj

PGD Ptuj, Natašina pot 1 a, 2250 Ptuj

Zbirni center Gorišnica

Občina Gorišnica, Gorišnica 83 a, 2272 Gorišnica

Zbirni center Slovenj Gradec

OZRK Slovenj Gradec, Celjska cesta 2,
2380 Slovenj Gradec

Zbirni center Mozirje

OZRK Zg. Savinjske doline, Na trgu 10, 3330 Mozirje

Zbirni center Velenje

Območno združenje RK Velenje, Foitova 2,
3320 Velenje

RESje vabi na predavanja

Komisija ZDUS za duševno zdravje v okviru programa RESje pripravlja številna predavanja in delavnice

• predavanja za vse občane s področja zdravega življenja in ohranjanja spomina:

- Kaj lahko storimo sami za boljši spomin.
- Težave, povezane s staranjem – kaj lahko storimo sami, da bi jih zmanjšali?
- Pomen zgodnjega odkrivanja demence.

• Predavanja za svojce oseb z demenco in druge občane:

- Prepoznavanje znakov demence in odnos do oseb, ki imajo težave s to boleznijo;
- Dementni potrebujejo pomoč.
- Potrebe dementnih oseb.
- Ravnanje z dementnimi osebami.

• Delavnice za svojce dementnih oseb, prostovoljce in potencialne prostovoljce:

- Kako pomagati osebami z demenco in kako dojeti bistvo demence.
- Splošna načela za ravnanje z dementnimi osebami.
- Komunikacija in navezovanje stikov z osebami z demenco.
- Zaposlitve in aktiviranje dementnih oseb.

• Delavnice za prostovoljce, potencialne prostovoljce:

- **Seznanjanje z osnovami prostovoljskega dela.**
- **Uvodno usposabljanje prostovoljcev.**

Stik z nami: 051/442 497 in anacajnk@hotmail.com

Ana A. Cajnko, predsednica komisije ZDUS za duševno zdravje

Obvestilo upokojskim društvom

- DU naj poravnajo članarine za ZDUS (0,5€ po članu) na TRR 05100-8010471821 najkasneje do 15. 12. 2012. DU, ki ne bodo v celoti poravnala članarine, ne bodo upravičena do dotacij.
- DU naj na ZDUS najkasneje do 10. 12. 2012 pošljejo vloge za subvencijo letovanja za leto 2012. Vloga naj vsebuje podatke o času letovanja, kraju letovanja, priloženi naj bodo seznam letujočih, fotokopija računa hotela ali fotokopija računa organiziranega prevoza.
- Prispеле so nalepke za plačano članarino za leto 2013. DU jih lahko prevzamejo prek svoje pokrajinske zveze. (Nekatere PZDU bodo te nalepke imele že v novembru, nekatere pa šele v decembru.)
- DU lahko prevzamejo priznanja ZDUS na svojih pokrajinskih zvezah od 13. decembra dalje.

Za več informacij se lahko obrnete na tajništvo ZDUS na tel. 01 519 50 86 ali po e-pošti na naslov tajnistvo@zdus-zveza.si.



Revija ZPIZ in ZDUS **Vzajemnost** je vaša!

Nagradni izlet za društvo, ki bo pridobilo največ naročnikov revije Vzajemnost

Revijo Vzajemnost dobro poznate in upamo, da ste z njo zadovoljni, kot je tudi večina njenih naročnikov. To nam ne nazadnje potrjuje dejstvo, da največ novih naročnikov pridobijo stari naročniki in da trajanje naročniškega razmerja po naši anketi in razpoložljivih podatkih traja več kot pet let.

Nove naročnike revije so pridobivala tudi društva upokojencev.

Letos smo se odločili, da bomo društvo, ki bo pridobilo največ naročnikov, posebej nagradili.

Društvo, ki bo do konca meseca novembra pridobilo največ naročnikov Vzajemnosti, bo za nagrado dobilo enodnevni avtobusni izlet. Minimalno zmagovalno število novih naročnikov mora biti vsaj 20.

Izlet bomo organizirali v letošnjem decembru.

Na izlet bo društvo po svoji izbiri povabilo 50 svojih članov.

Sporočite nam imena vaših članov, ki se naročajo na Vzajemnost.

Iz naročila mora biti razvidno tudi ime društva, ki ga naroča.

Revijo in položnico za plačilo naročnine bodo novi naročniki dobili takoj po prejemu naročila.



Za naročila in informacije pokličite na tel.: 01 530 78 44

Pismo

Članom in podpornikom DeSUS

V vodstvu ZDUS pogosto slišimo očitke, da predsednica ZDUS noče sodelovati s predsednikom DeSUS. Ti očitki so smešni, ker se predsednik DeSUS nikoli ne sestane s predsednico ZDUS, je nikoli ne pokliče, o ničemur ne obvešča in nikoli ne vpraša za mnenje o zakonskih rešitvah, ki zadevajo starejše in upokoјence. Ko se srečata, se srečata vedno v krogu svojih sodelavcev – že nekaj let enkrat na leto - tedaj izmenjamo mnenja, se dogovorimo o sodelovanju, kar pa že v enem tednu izpuhti iz glav tistih, ki ves čas trdijo, da zastopajo starejše v parlamentu.

Ko smo 14 dni po zadnjem sestanku poslali poslanski skupini DeSUS pismo, da pričakujemo, da bodo podprli Zujf A, zakon, ki odpravlja sramoten in protiustaven 126. Člen Zujfa 1, ki jemlje del pokojnine 26 tisoč upokoјencem, ste odgovor gospoda Franca Jurša, vodja poslanske skupine DeSUS lahko prebrali v našem glasilu, prepričali pa ste se lahko tudi o tem, kako so poslanci DeSUS glasovali. V pismu je vodja poslanske skupine DeSUS napisal (mimogrede, novi poslanci DeSUS so v parlamentu že eno leto, pa jih v vodstvu največje samopomočne organizacije starejših večine sploh ne poznamo): Dogovor o sodelovanju podpiramo in spoštujemo, vendar ne v primeru, ko sodelovanje pomeni delovanje po pričakovanih drugega. Koga pa potem poslanska skupina zastopa, če ne upokoјencev? S katerimi volivci pa se pogovarja poslanska skupina o tem, kakšne rešitve za upokoјence bo predlagala? Ali pa morda v DeSUS mislijo, da poznajo vse probleme in vse rešitve, ki jih pričakujejo starejši v Sloveniji?

Veliko članov DeSUS nam pripoveduje, da se gospod Erjavec odloča sam kot mu pač v danem trenutku odgovarja v skrbi za kariero. Poslanska skupina DeSUS je tista, ki omogoča, da se nesposobna in nekompetentna vlada z zobmi drži v vladni palači.

Poslanci DeSUS, koga boste poslušali, s kom se boste posvetovali: s svojim predsednikom ali s svojimi volivci? Čas je, da se nam predstavite in da vam povemo, kakšna so pričakovanja vaše ciljne skupine, kje morate vztrajati in kje ne smete popuščati. Te dni so v parlamentu zakoni, ključni za preživetje Slovenije, za vzdržnost pokojninskega sistema in za demokracijo v Sloveniji. Si boste res naložili breme pogrebnikov svobodne demokratične države?

Upokoјenci si želimo in potrebujemo stranko, ki bi znala in morala zagovarjati interese starejših. Vendar ne tako, da so ti več ali manj formalno prisotni na sejah, ne znajo strokovno razpravljati o problemih socialne zdravstvene pokojninske politike. V teh hudih časih ne moremo razmišljati samo o generaciji starejših ampak v sožitju z mladimi, delno aktivnimi in starejšimi. Nihče ne more zanikati, da je naša generacija ustvarila in prispevala k blagostanju naše mlade države. Žal pretekle in sedanje elite omogočajo nemoralno odtujevanje ustvarjenega premoženja na škodo vseh generacij. Starejši smo pripravljene pomagati in prispevati z življenjskimi izkušnjami in znanjem k zmanjšanju težav krize. Vsekakor pa bil bilo mnogo lažje, če bi imeli politično stranko, ki bi bila sposobna zastopati interese vseh generacij. Večkrat se spomnim negodovanju naše predsednice »Zakaj (DeSUS), kljub dogovoru ne pridejo k nam na posvet, saj bi imeli podporo 230 tisoč upokoјencev!«

Mislím, da je DeSUS lahko prava stranka upokoјencev, ne pa ali je smiselno razmišljati o kakšni novi kot se sliši.

Emil Hedžet, predsednik PZDU Celje



Poskrbite za svojo varnost tudi v zrelih letih

Zdravstvena zavarovalnica Vzajemna skrbi za zdravje ljudi v vseh starostnih obdobjih, še posebej za tiste, ki so že v zrelih letih. Prav je, da so tudi starejši zelo aktivni, vendar se morajo posledic nezgod zelo dobro zavedati. Te so lahko pogostejše, zdravljenje pa dolgotrajnejše.

Prav v ta namen je zdravstvena zavarovalnica Vzajemna pripravila nezgodno zavarovanje za starejše. Gre za zavarovanje za primer nezgode, s katerim si lahko zagotovite večjo finančno varnost in hkrati zmanjšate finančno breme svojcev. Zavarovanje je na voljo v dveh paketih: osnovni paket (paket A) in razširjen paket (paket B).

Komu je namenjeno in kaj zagotavlja?

Zavarovanje je namenjeno vsem, ki si želite večje varnosti, sklenete ga lahko do dopolnjenega 85. leta starosti, izplačilo zavarovalnine pa s starostjo ni omejeno. Mesečne premije so odvisne od starosti zavarovanca ob sklenitvi zavarovanja in pa od izbranega paketa. Vzajemna priporoča zgodnji vstop v zavarovanje, saj si s tem zagotovite nižjo premijo za ves čas trajanja zavarovanja. Če zavarovanje skleneta oba zakonca oziroma

partnerja, pa sta upravičena do ugodnejše premije. V primeru, ko zavarovanje skleneta oba zakonca ali partnerja, se za izračun premije



upoštevata tistega, ki je nosilec zavarovanja. Oba zakonca oziroma partnerja morata biti ob sklenitvi zavarovanja mlajša od 85 let. Zavarovanje vključuje kritja, ki so posledica nezgode in sicer:

- izplačilo odstotka zavarovalnine za trajno invalidnost,
- izplačilo zavarovalne vsote za primer smrti,
- enkratno nadomestilo zaradi

- zloza kosti, izpaha ali opeklin,
- enkratno nadomestilo za stroške težjih operacij,
- dnevno nadomestilo za bolnišnično zdravljenje,
- enkratno denarno nadomestilo za dolgotrajnejše bolnišnično zdravljenje – gotovina takoj in
- povračilo stroškov zdravljenja.

Kje naj sklenem zavarovanje?

Nezgodno zavarovanje lahko sklenete po pošti, v vseh poslovalnicah Vzajemne po Sloveniji, prek kontaktnega centra na brezplačni številki 080 20 60 ali prek spletne strani www.vzajemna.si. Zavarovancem Vzajemne, ki imajo sklenjeno zavarovanje s trajanjem enega leta ali več, je omogočeno tudi koriščenje različnih ugodnosti in vključitev v Vzajemno Klub. Več o tem si preberite na spletni strani www.vzajemna.si. ■

Zanima me zavarovanje Vzajemna Nezgode za starejše

Ime in priimek

Naslov stalnega bivališča

Poštna številka

Pošta

Datum rojstva

Telefon*

Elektronski naslov*

Podpis

Podatki označeni z zvezdico (*) niso obvezni.

S podpisom dovoljujem, da Vzajemna, d.v.z., Vošnjakova 2, 1000 Ljubljana, posredovane osebne podatke, v skladu z zakonom, ki ureja varstvo osebnih podatkov obdeluje za potrebe priprave zelene ponudbe in namen neposrednega trženja. V primeru, da v bodoče ne želite prejemati informacij o naši ponudbi, vas prosimo, da nas pisno, po elektronski pošti ali po telefonu o tem obvestite.

Jaz zate, ti zame.

Nezgodno zavarovanje



**vzajemna
nezgode**

Zavarovanje za primer nezgodne smrti in trajne invalidnosti z vključenimi dodatnimi kritiji za večjo varnost starejših.

Ko smo enkrat v letih, so lahko nezgode zelo pogoste. Zavarovanje za starejše, ki rešuje težave ob nezgodah, lahko sklenejo osebe do 85. leta starosti.

Prednosti Vzajemne:

- smo največja specializirana zdravstvena zavarovalnica v Sloveniji,
- celovito skrbimo za vašo zdravstveno varnost in vam nudimo pestro ponudbo drugih zavarovalnih produktov,
- delovanje zavarovalnice temelji na vzajemnosti, kar pomeni, da vsi člani vzajemne zavarovalnice solidarno zagotavljajo varnost za vsakega posameznika, poslovanje pa ni podrejeno ustvarjanju dobička.



VZAJEMNA

Jaz zate, ti zame.

Skleni zavarovanje

www.vzajemna.si



Za večjo varnost starejših



Nezgodno zavarovanje



**vzajemna
nezgode**

Zavarovanje za primer nezgodne smrti in trajne invalidnosti z vključenimi dodatnimi kritiji za večjo varnost starejših.

Poštnina
plačana po
pogodbi št.
103/1/S

Vzajemna, d.v.z.
Vošnjakova ulica 2

1000 Ljubljana