



## Revija Zveze društev upokojencev Slovenije

Januar - februar 2022,  
leto XV, številka 1-2



**Pripombe k Zakonu  
o spodbujanju  
digitalne vključenosti**

**Izhodišča za  
programe kohezijske  
politike 2021–2027**

**Starejši za starejše  
za laskavo priznanje**

**Revščina  
in socialna  
izključenost vse  
bolj izraženi**

## BESEDA VODSTVA

Zares dober dan, in to vsem vam! . . . . . 3

## V ŽARIŠČU

Pripombe ZDUS na predlog Zakona  
o spodbujanju digitalne vključenosti. . . . . 4

Sestali smo se s predstavniki DUPOS . . . . . 4

Revščina in socialna izključenost vse bolj izraženi . . . . . 5

Mlade psihologinje ustvarile Pogovorne kartice za starejše . . . . 6

## STAREJŠI ZA STAREJŠE

Starejši za starejše v PZDU Zasavje . . . . . 7

Marija Lena Wohlfond. . . . . 9

## TELEKOM SLOVENIJE

E – Oskrba, kaj je to? . . . . . 10

## MEDNARODNO SODELOVANJE

Slovenska izhodišča za pripravo programov  
kohezijske politike 2021–2027 . . . . . 12

## IZ TUJIH LOGOV

Varstvo – življenje starejših v Weltersbachu v Nemčiji. . . . . 13

Vsako ima pravico do besede - v Danski šoli za življenje . . . . 15

Oskrbovanje starejših v Uniji pesti pomanjkanje oskrbovancev . 16

## EVROPSKO PISMO

Moderne socialne države ni brez dolgotrajne oskrbe . . . . . 17

## KULTURA

Rokodelski izdelki in fotografije članov ZDUS  
na razstavi na MORS . . . . . 18

3. rokodelska razstava PZDU S. Primorske . . . . . 18

## UTRIPI V POKRAJINSKIH ZVEZAH . . . . . 19

## SPOROČILA UREDNIŠTVA

IN VODSTVA ZDUS . . . . . 27

## JUBILEJI NAŠIH ČLANOV . . . . . 28

## OSTALI BODO V SPOMINU . . . . . 30

## Drage članice in člani,

vesel sem, kadar lahko zapišem kaj spodbudnega, optimističnega in v prihodnost uprtega. Pa naj gre za načrte, projekte ali programe.

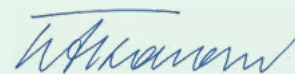
Na zadnjem kolegiju predsednika, ki je potekal 2. 2. 2022 smo sprejeli sklep, da v drugi polovici pomladi realiziramo po obsegu skrajšan program za DMS 2022, in sicer v dveh dneh, brez sejemske dejavnosti, kot je bila leta 2019. Prvi dan bomo pripravili strokovni program na temo stanovanjske problematike in oskrbe, drugi dan pa bo namenjen kulturni prireditvi Dan ZDUS, na kateri bomo podelili priznanja in nagrade društvom in posameznikom. Ta dan bodo tudi rokodelske in druge razstave.

Branko Suhadolnik, predsednik KTT je predlagal, da se pripravi podobna razstava, kot je bila pred štirimi leti na Dnevih ZDUS in na kateri bi sodelovala nagrajena društva, predstavili pa bi lahko še druge, manj razširjene dejavnosti društev.

Predsednik ZDUS Janez Sušnik bo direktorju GR sporočil za ZDUS ustrezen termin, najverjetneje 31. 5. in 1. 6. (torek in sredo), dogovorila pa se bosta še za podrobnejšo lokacijo in potrebe po dvoranah.

Kot vidite, aktivnosti tečejo nemoteno, v naslednjih dneh bodo izbrani odgovorni za pripravo dogodka, mi pa z optimizmom zremo v mesec maj, ko naj bi – po napovedih mnogih strokovnjakov – ta frdamani virus za vedno izginil iz našega življenja. No, pa se veselimo skupaj in upajmo v pravljični scenarij.

Črt Kanoni,  
odgovorni urednik ZDUSplus



## ZDUS PLUS - MESEČNA REVija ZVEZE DRUŠTEV UPOKOJENCEV SLOVENIJE

**Za izdajatelja Janez Sušnik, predsednik ZDUS. Odgovorni urednik Črt Kanoni. Tel: 01/62 05 481 e-pošta: crt.kanoni@zdus-zveza.si Naslov uredništva: ZDUSplus, Kebetova 9, 1000 Ljubljana. Tel: 01/519 50 86 e-pošta: urednistvo@zdus-zveza.si Uredniški odbor:** Jožica Puhar, Vera Pečnik, Slavica Bučan, Jože Miklavc in Črt Kanoni. **Celjska:** Milena Brečko Poklič, **milena.poklic@gmail.com 041/629 820; Dolenjska in B. krajina:** Marija Golob 041 370 560, **Gorenjska:** Slavica Bučan, **slavica.bucan56@gmail.com 041 347 030, Koroška:** Željko Kljajič, **zkljajic.kljajic@gmail.com 031 387 660, Pomurska:** Vijola Bertalanč, **vijola.ppzdzms@gmail.com; Posavska:** Marija Krušič, **makru27@gmail.com 051 725 412, S. Primorska:** Majda Marinič, **babicamm@gmail.com; Šaleška:** Jože Miklavc, **joze.miklavc@gmail.com 041 693 369; Zasavje:** Milena Dimec, **dimec.milena@gmail.com 051 438 236 Z. Podravje:** Irena Ferluga, **Ljubljana:** Aleš Kardelj, **ales.kardelj@gmail.com; 041 613 692 - Tajništvo ZDUSplus:** Karmen Šparovec – Terekhov, **Lektorica:** Barbara Borko, **Tisk:** Schwarz print d. o. o., Ljubljana; Oblikovanje in priprava za tisk: **NEBIA d. o. o.**, Nepodpisani članki so last ZDUS. **Naklada 3.500 izvodov Cena 0,99 EUR ISSN 2591-0205 Revija ZDUSplus je vpisana v razvid medijev pri Ministrstvu za kulturo RS pod zaporedno številko 2192.**

**Naslovnica: V pričakovanju sodobnega vlaka ob 130 letnici Savinjske železnice. Foto, Jože Miklavc**



Dnevi  
medgeneracijskega  
sožitja

**ZDUS**plus

# Zares dober dan, in to vsem vam!

**Pozdravljene vse naše bralke, bralci in tudi tisti, ki nas spremljate v elektronski obliki. Veliko truda je vložnega, da bi naš glas segel v prav zadnjo vas v naši prelepi domovini. Ne delamo razlik, borimo se za vse upokoјence, še posebej za tiste, ki so najbolj oddaljeni, za tiste, katerih občine so med revnejšimi, in župani, kljub velikemu posluhu za pomoč, ne morejo veliko postoriti.**

Za nami je izjemno pestro in težko leto 2021, a še zadihali nismo, pa je skoraj konec februarja 2022. Nič kaj prijazen ni z nami covid! Ukrepi se tu in tam rahljajo, a trajajo in trajajo do takrat, da se lahko spet zaostrojo. **Velika hvala vsem za skupno delo in spoštovanje ukrepov v letu 2021 proti tej nadležni epidemiji.**

Pomagali ste, da smo s skupnimi močmi zaščitili čim več naše populacije. Čeprav so bili neprijazni časi, nam je uspelo, da smo le dosegli, da je bil Zakon o dolgotrajni oskrbi sprejet, ki zdaleč ni dober, a je boljši kot nič. Vedeti morate, da se je izključno na našo zahtevo v zakon vnesla tako zahteva za oskrbo na daljavo, kot za sodelovanje prostovoljcev. Hudo nam je, da bomo ponovno obremenili naš program Starejši za starejše, naša zlata dekleta in fante, a verjamemo, da ko bo delo opravljeno, bo to delo stoletja, na katerega bosta tako program kot ZDUS za vedno ponosna. Objavljen je razpis za E-oskrbo in predlog pravilnikov na osnovi Zakona o dolgotrajni oskrbi kjer piše, kdo in kako bo lahko sodeloval in kako bo delo potekalo. Vi, dragi prostovoljci programa Starejši za starejše, boste zaradi svojega dela in poznavanja terena največ prispevali k temu, da bodo to oskrbo dobili tisti, ki živijo sami, da se bodo počutili varnejše in da jim bo pomoč takoj na razpolago. Držimo pesti vsi, da bomo skupaj s Telekomom uspeli na razpisu! V zadnji številki naše revije in v številki, ki je pred vami, lahko ponovno preberete, kaj je E-oskrba in kako deluje. Pri razpravi glede predloga in sprejemanje pravilnikov, ki so pred nami, bomo v največji meri sodelovali, dajali konstruktivne pripombe in zahtevali, da se tudi upoštevajo.

V letu 2021 kot tudi v januarju 2022 ste nekateri dobili koronske dodatke. Med naše člane je bilo razdeljeno kar nekaj sredstev in to med tiste, ki imajo nizke

pokoјnine. Kot vam je znano, je ZSDUS dosegel, da se postopoma dviguje odmerni odstotek za moške in da bo prihodnje leto dosegel 63,5 %, saj je bil nesramno nizek, in sicer 56,7 %. V bližnji prihodnosti bo verjetno to treba nadomestiti. **In vzrok tako nizkih pokoјnin? Zaradi prenizkih plač!**

Dosegli smo, da je najnižja pokoјnina za 40 let delovne dobe 620 €, a se moramo zavedati, da marsikje za to pokoјnino ni vplačanih prispevkov in bi bila veliko nižja, če tega ne bi bilo. Glede na veliko število popravkov Zakona o pokoјninskem zavarovanju in zaradi spremenjenih razmer, lahko v prihajajočih letih pričakujemo pokoјninsko reformo. Njeni zametki so že v Beli knjigi iz leta 2016 in je kar dobra osnova za delo na tem področju. Zavedamo pa se, da kljub našemu vložnemu trudu, pričakujete več.

Januar nam je prinesel izredno uskladi-tev pokoјnin, in to tistih, kjer so bili zaostanki glede na preteklo recesijo. V februarju pričakujemo redno uskladitev po zakonu, ki po izračunih kaže, da bi bila nekoliko višja od 4 % in sočasno naj bi bil opravljen poračun za mesec januar. Seveda bi tu lahko govorili o podražitvah, o neusmiljeni rasti cen, a o tem kdaj drugič. Delujemo povsod in si prizadevamo doseči največ, kar po dolgem času tu in tam tudi dosežemo, a nihče si ne more predstavljati, koliko truda in prošenj je tu vloženi. Naše komisije so neumorne, tako na področju zdravstva, sociale, pokoјninske politike, izobraževanja, informatike, kulture, tehnične kulture, športa, kadrov, organizacije, bivanjskega standarda, gospodarstva; hvala za opravljeno delo in da ste znali vse težave razumeti kot izzive. Trudimo se, da smo slišani v evropskem prostoru in da prenašamo naše zahteve in strokovne ugotovitve v Evropo in njihove med nas.

Vidi se, da smo generacija, ki še vedno pazi drug na drugega, ki se zna učiti in ki zna nesebično pomagati. Srečni smo lahko, da smo odrasčali v času, ko je posameznik kar nekaj pomenil, ko je sosed sosedu bil več kot marsikateri sorodnik. To dokazujemo, ko potekajo srečanja med pokrajinami, vodstvom ZDUS, zaposlenimi v ZDUS-u in samo čestitamo lahko, kaj vse ste postorili. S prihajajočim izobraževanjem na podro-



čju računalniških veščin vas prosimo za pripravljenost, naj vam ne bo žal časa, saj moramo naprej na tem področju, sicer marsikdaj ne bomo vedeli ne kod ne kam. Imeli pa boste vso našo pomoč in razumevanje na vseh nivojih.

V pokrajinah in društvih v večini primerov poteka delo v vseh oblikah, saj nikoli ne obupate in s podatki za preteklost kot z načrti za prihodnost nemudoma postrežete. Skupaj se bomo potrudili, da po končani nesrečni pandemiji ponovno pričnemo s pridobivanjem članstva, da se srečujemo, si stisnemo roko, si pogledamo v oči, se objamemo ... in da na naš skupni dnevni red uvrstimo tako Dneve medgeneracijskega sožitja kot tudi Dan ZDUS. Letošnje leto pričakujemo organizacijo v malce okrnjeni obliki, a po pričakovanjih bomo dogodka izvedli v začetku junija, saj smo prepričani, da bosta »sonce in ZDUS« uspela pregnati korono in slabo vreme, zato: **Na veselo snidenje!** Če bo potreba, se bomo pač srečali v skladu s takratnimi navodili in priporočili, pričakujemo pa, da se pandemija do takrat KONČA!

Naj bo leto 2022 za vse vas, za vse tiste, ki jih imate radi, dobrotljivo, polno prijaznih presenečenj, predvsem pa naj vam služi zdravje.

*S prisrčnimi pozdravi, vaša Vera*

# Pripombe ZDUS na predlog Zakona o spodbujanju digitalne vključenosti

**V ZDUS načelno podpiramo predlagan predpis v javni obravnavi. Starejše osebe se lahko izobražujejo in usposablajo skozi celotno življenjsko obdobje, kar podpirajo načela aktivnega staranja in vseživljenjskega učenja.**

Obvladovanje digitalnih kompetenc jim omogoča vključenost v družbo, pokrivanje vsakdanjih potreb, ki se uresničujejo preko digitalnih orodij in zagotavljajo samostojnost dokler je to mogoče. ZDUS si tudi preko svojih programov prizadeva, da čim večji delež članstva uporablja računalnike in obvlada elektronsko komuniciranje. To se je za eno neobhodnih veščin pokazalo bolj izrazito v pogojih Covid razmer, ko fizični stiki niso bili mogoči. Izjemno pomembno je tudi obvladovanje drugih tehničnih rešitev v digitalno izvedenih postopkih, kar starejšim omogoča enakopraven dostop do pokrivanja svojih potreb. Imamo pa seveda kar nekaj pripomb na predlog zakona, ki je dostopen na naslovu: <https://e-uprava.gov.si/drzava-in-druzba/e-demokracija/predlogi-predpisov/predlog-predpisa.html?id=136872> in v nadaljevanju nanj dajemo nekaj pripomb.

## 2. člen (namen in cilji zakona)

Predlagamo, da se spremeni del besedila četrte alineje 2. odstavka, in sicer se naj črta besedilo »med 16 in 74 let« in nadomesti z besedilom »nad 16 let«.

ZDUS si tudi preko svojih programov prizadeva, da čim večji delež članstva uporablja računalnike in obvlada elektronsko komuniciranje. To se je za eno neobhodnih veščin pokazalo bolj izrazito v pogojih Covid razmer, ko fizični stiki niso bili mogoči.

Četrta alineja 2. odstavka 2. člena se tako glasi: **»pridobivanje in dvig ravni osnovnih digitalnih kompetenc prebivalstva tako, da ima osnovne digitalne kompetence do leta 2028 vsaj 80 % prebivalstva v Republiki Sloveniji, starega nad 16 let«.**

Utemeljitev: Življenjska doba se daljša, izobraževanje in usposabljanje sodita med osnovne človekove pravice, ki veljajo vse življenje (z leti ne izgubljajo na pomembnosti), govorimo o vseživljenjskem učenju, aktivnem in dostojanstvenem staranju in podobnem, zato ukrepov ne smemo omejevati z določanjem starostne meje za ugotavljanje doseganja opredeljenih ciljev. To se v praksi običajno pokaže kot omejevanje za pridobitev pravice in dostopa do določene storitve ali dobrine.

## 9. člen (ciljne skupine)

Predlagamo dopolnitev 8. točke, tako da se za besedo »upokojenci« doda besedilo »in druge starejše osebe«.

8. točka 9. člena se tako glasi: **»upokojenci in druge starejše osebe.«**

Utemeljitev: Populacije starejših ljudi ne moremo omejiti na upokojence, saj ni nobene garancije, da imajo vsi starejši status upokojencev. Prav je, da možnosti odpiramo za vse.

## 24. člen (Digitalni bon '22)

Predlagamo dopolnitev 4. točke 1. odstavka 24. člena, in sicer se za besedo »upokojenci« doda besedilo »ter druge starejše osebe.«

4. točka 1. odstavka 24. člena se tako glasi: **»odrasli in upokojenci ter druge starejše osebe, ki se v letu 2022 udeležijo subvencioniranih izobraževalnih programov.«**

Utemeljitev: Enaka kot pri 9. členu.

Predlagamo, da upokojenci oz. starejši, ki so opravili osnovna izobraževanja, pridobijo dostop tudi do izobraževanj za napredne digitalne kompetence, kot osnovo za pridobitev digitalnega bona za nakup računalniške opreme.

*Pripravila Komisija za izobraževanje, publiciteto in informatiko pri ZDUS*

# Sestali smo se s predstavniki DUPOS

**V torek, osemnajstega januarja, smo v prostorih ZDUS na njihovo pobudo gostili predsednika Upravnega odbora DUPOS\* Jožeta Elersiča in Slavka Šuligoja, člana UO DUPOS, z naše strani pa sva se pogovora udeležila predsednik ZDUS Janez Sušnik in avtorica zapisa, Jožica Puhar, podpredsednica ZDUS.**

Predstavnika DUPOS sta obrazložila načrt za organizacijo enodnevnega srečanja (konference s sorodno organizacijo Ina Paf) z italijanske strani, ki bo 26. maja 2022 v Novi Gorici, predvidoma na gradu Kromberk. Leta 2019 je bilo tako srečanje na italijanski strani, ki mu je prisostvoval tudi naš

Leta 2019 je bilo tako srečanje na italijanski strani, ki mu je prisostvoval tudi naš predsednik, in o tem srečanju smo poročali tudi v naši reviji. Italijanska organizacija, ki je sicer regionalna, bo k aktivni udeležbi pritegnila tudi zastopnike širše regije in iz Rima, poleg teh pa tudi predstavnike zbornice, ker so organizirani v njenem okviru, medtem ko je naš DUPOS samostojen.

predsednik, in o tem srečanju smo poročali tudi v naši reviji. Italijanska organizacija, ki je sicer regionalna, bo k aktivni udeležbi pritegnila tudi zastopnike širše regije in iz Rima,

poleg teh pa tudi predstavnike zbornice, ker so organizirani v njenem okviru, medtem ko je naš DUPOS samostojen. Na slovenski strani so že dogovorjeni z županom Nove



Gorice, ki bo pokrili del stroškov, srečanja pa se bo udeležil tudi predsednik obrtne zbornice Slovenije. Simultano prevajanje v obeh jezikih je zagotovljeno. Pričakujejo udeležbo ZDUS, ki jo je predsednik Sušnik že zagotovil. Pričakujejo pa tudi delno kritje stroškov. Vsebina se bo osredotočila na dve temi:

- **problemi dostopa do osebnih podatkov,**

- **dostojanstveno slovo od članov tovrstnih organizacij (ne/objavljanje osmrtnic).**

Rezultat prve teme naj bi bila sprožitev sprememb pri urejanju vprašanja osebnih podatkov pri Evropski komisiji. Računajo na več posluha za spremembe, če bodo predlogi podprti z več strani. Ta društva imajo namreč velike težave pri identifikaciji oseb/članov, ki so lahko socialno ogroženi in osamljeni, pa

jih niti ne morejo doseči. Problem je podoben težavam naših prostovoljk/cev v programwu SzS. Pod drugo temo pa pričakujejo tudi kratko vsebinsko intervencijo na temo starizma. Dogovorjena je udeležba, višina finančnega prispevka pa še ne dokončna.

Jožica Puhar, foto Dijana Lukić

\*DUPOS (Društvo upokojenih podjetnikov in obrtnikov Slovenije)

## Revščina in socialna izključenost vse bolj izraženi

**Stopnja tveganja revščine in stopnja tveganja socialne izključenosti sta bili v letu 2020 višji kot leto prej, prva za 0,4, druga pa za 0,6 odstotni točki; prva je znašala 12,4 %, druga pa 15,0 %. Letni prag tveganja revščine se je zvišal za 424 EUR. Na 8.864 EUR ali na 739 EUR na mesec.**

### V 2020 pod pragom tveganja revščine vsak osmi prebivalec Slovenije

Po podatkih iz raziskovanja Življenjski pogoji (SILC) za leto 2020 je bila stopnja tveganja revščine v Sloveniji 12,4-odstotna. To pomeni, da je z dohodkom nižjim od praga tveganja revščine živelo približno 254.000 prebivalcev Slovenije, kar je približno 11.000 več kot v prejšnjem letu. **Izračun temelji na dohodkih, prejetih v letu 2019.** Letni prag tveganja revščine za enočlansko gospodinjstvo je znašal 8.864 EUR, mesečni pa 739 EUR. Prag tveganja revščine za štirčlansko družino, sestavljeno iz dveh odraslih in dveh otrok mlajših od 14 let, je znašal 1.551 EUR mesečno, za dvočlansko gospodinjstvo brez otrok pa 1.108 EUR na mesec. Stopnja tveganja revščine se je glede na prejšnje leto zvišala za 0,4 odstotne točke. Prag tveganja revščine pa se je zvišal za 424 EUR na leto.

Ocenjujem, da ta hip Slovenija še nima

**Okrog 100.000 starejših gospodinjstev (enočlanska in predvsem ženske), ki so dohodkovno že pod pragom dohodkovnega tveganja revščine, je dodatno ogroženih zaradi podražitev vseh energentov in posledično nefunkcionalno opremljenih bivališč ter predrago zgrajenih in upravljanj skupnih toplotnih naprav (mesto Maribor ipd.)**



ustreznih merjenj in definicij za dobro poznavanje in ukrepanje. Okrog 100.000 starejših gospodinjstev (enočlanska in predvsem ženske), ki so dohodkovno že pod pragom dohodkovnega tveganja revščine, je dodatno ogroženih zaradi podražitev vseh energentov in posledično nefunkcionalno opremljenih bivališč ter predrago zgrajenih in upravljanj skupnih toplotnih naprav (mesto Maribor ipd.)

Kako torej iz tega brezna?! Začasno se bi država lahko odrekla delu davka na energente, tudi selektivno ali delno bi lahko subvencionirala podražitve, predvsem pa naj uredi podatkovne osnove ter vzpostavi sicer ukinjeno evidenco gospodinjstev ali vzpostavi vsedržavni register stavb in stanovanj in prebivalcev, kot ga ima Avstrija. To je potrebno tudi zaradi prilagajanja gospodinjstvom klimatskim spremembam in drugim izzivom.

Tomaž Banovec, foto Freemages

# Mlade psihologinje ustvarile Pogovorne kartice za starejše

Mlade diplomirane psihologinje Maruša Fijavž, Zala Kresnik, Eva Kavčič, Zala Motaln in Tjaša Poglej so izdelale Pogovorne kartice za starejše. Pri svojih babicah in dedkih ter njihovih znancih so opazile, da lahko med starejšimi hitro zmanjka tem za pogovor ali pa pogovor ostane zgolj na površinski ravni. Po drugi strani se kot strokovnjakinje na področju duševnega zdravja zavedajo, kako zelo pomembni so topli medosebni odnosi in iskreni pogovori.

## Razširiti in poglobiti pogovore

“Opažamo, da se je potreba po kakovostnih odnosih in pogovorih v času koronakrize samo še povečala in zato smo se odločile, da starejšim ponudimo Pogovorne kartice, ki služijo kot pripomoček za kakovosten pogovor. Z njimi želimo vzpodbuditi komunikacijo med starejšimi, razširiti in poglobiti tematike pogovora in preko vprašanj na karticah spodbujati zaznavanje pozitivnih vidikov življenja ter občutek življenjskega smisla,” so pojasnile avtorice.

Kartice vsebujejo različne pogovorne teme, ki so starejšim v pomoč pri vsakodnevnih pogovorih. Izbirajo lahko med kar devetimi temami: O meni, Moji bližnji, Moje otroštvo, Moje delo, Moje počutje, Prosti čas, Izleti, Hrana in Živali. Avtorice pa niso zagotovile le širokega nabora vprašanj, temveč so pri izdelavi izhajale iz starejših in pri oblikovanju upoštevale nekatere njihove značilnosti. Tako so kartice večje, večja je tudi pisava, vprašanja so zapisana z velikimi tiskanimi črkami, vprašanja so enostavna za razumevanje, kartice so preproste izgleda ipd.

Kartice vsebujejo različne pogovorne teme, ki so starejšim v pomoč pri vsakodnevnih pogovorih. Izbirajo lahko med kar devetimi temami: O meni, Moji bližnji, Moje otroštvo, Moje delo, Moje počutje, Prosti čas, Izleti, Hrana in Živali. Avtorice pa niso zagotovile le širokega nabora vprašanj, temveč so pri izdelavi izhajale iz starejših in pri oblikovanju upoštevale nekatere njihove značilnosti.



Pogovorne kartice je Lambrechtovemu domu Slovenske Konjice v imenu projektne skupine predala Zala Motaln. Na fotografiji je skupaj z glavno sestro in nasmejanim oskrbovancem

## Prve povratne informacije so izredno pozitivne

Kartice so zapakirale v volnene žepke, ki jih je iz reciklirane volne izdelala **Ivanka Venko**, varovanka Doma starejših občanov Danice Vogrinc Maribor. V prikupni embalaži so z njimi v božično-novoletnih praznikih skupaj z ročno izdelanimi voščilnicami obdarile več domov za starejše občane. Zaposleni so kartice sprejeli z nasmeškom na obrazu



Tudi v Domu upokojencev Šmarje pri Jelšah, ki ga je obiskala Zala Kresnik, so bili navdušeni nad prazničnim darilom.

in povedali, da jim bodo kartice prišle zelo prav v različnih kontekstih in različnih aktivnostih – tako v organiziranih skupinah, kot je npr. skupina za samopomoč, kot tudi v prostem času oskrbovancev. Uporabljali jih bodo tako v skupinah kot tudi v parih, saj ocenjujejo, da gre za kakovosten pripomoček za razvijanje raznolikih pogovorov.

## Vizija: Pogovorne kartice za vse

Ustvarjalke Pogovornih kartic si želijo, da bi z njimi opremile vse slovenske domove za starejše, kasneje pa kartice ponudile tudi širše in s tem starejši populaciji pomagale pri širjenju socialne mreže ter spodbujanju socialnih veščin. “Takšnih kartic v Sloveniji še ni mogoče dobiti, zato pomenijo inovacijo v našem prostoru, hkrati pa bodo tudi pomembno pripomogle h kakovostni starosti Slovencev. Zato s tem svojega projekta ne zaključujemo, ampak si prizadevamo, da pridobimo finančna sredstva, ki nam bodo pomagala kriti stroške tiskanja, kar nam bi omogočilo razširitev Pogovornih kartic po vsej Sloveniji,” zaključujejo.

Zala Motaln, članica projektne skupine Pogovorne kartice



V Domu starejših občanov Danice Vogrinc Maribor so Pogovorne kartice nemudoma preizkusili in z igranjem nadaljevali še potem, ko smo se od njih poslovili.

# Starejši za starejše v PZDU Zasavje

**V Pokrajinski koordinaciji Zasavje svoje moči združujemo prostovoljci programa SzS, ki delujemo v okvirju DU Hrastnik, Dol pri Hrastniku, Trbovlje, Zagorje, Litija, Šmartno pri Litiji in Gabrovka. Trenutno aktivno deluje 83 prostovoljcev, 7 društvenih koordinatorjev in 1 pokrajinski koordinator. Za naše uspešno delo pa je nujno potrebno dobro sodelovanje z vodstvom DU, PZDU, ZDUS, občino in ostalimi ustanovami in društvi v lokalnem okolju (CSD, zdravstveni dom, patronažna služba, RK, gasilci, vrtci, osnovne šole, mladinski centri).**

Naše delo je tesno povezano z vsakdanjim življenjem in potrebami starejših, saj se trudimo, da prostovoljci ves čas delajo na istem terenu in s starejšimi, ki jih poznajo. Tako se tkejo nitke zaupanja, bližine in spoštovanja. Vse to se je večkrat izkazalo tudi v času covida, ko je bilo zaupanje med nami še toliko bolj pomembno. V času epidemije covid-19 so med najranljivejšimi in s stiko zelo omejeni ravno uporabniki programa Starejši za starejše, ki v tem času rabijo še posebno pozornost s strani svojih prostovoljcev. Zato veliko pozornosti namenimo družabnim stikom, ki so poleg osnovnih potreb nujni za dobro počutje in zdravje. Stike ohranjamo z rednimi telefonskimi pogovori, pa tudi preko e-pošte, družbenih omrežij in včasih tudi skozi zaprta vrata doma ali s kakšno podoknico. Trudimo se, da so naši pogovori bolj vedri in napolnjeni s spomini na naša druženja, anekdotami iz mladosti ipd. Prostovoljci na terenu našim starejšim



šim nudimo tudi sprehode, branje knjig in časopisov, skrbimo za osnovne dobrine, namesto njih potrkamo na vrata socialnih in zdravstvenih ustanov, nudimo drobne pomoči, ki posamezniku pomenijo veliko in mu omogočajo, da starost preživljuje v znanem okolju – doma. V naši pokrajini je približno 7700 starejših od 69 let, kljub težkim razmeram in omejitvam pa smo našli priložnosti in varne načine ter v letu 2021 opravili 163 prvih obiskov z anketnimi vprašalniki in 4167 ponovnih obiskov ter 4470 krat nudili razne oblike pomoči. Za vse to smo porabili 9.959 prostovoljnih ur. Poleg osnovnega dela z našimi starejšimi pa veliko prostovoljnih ur porabimo tudi za izobraževanja, mesečne sestanke, priprave na razna srečanja, pridobivanje majhnih

pozornosti v mesecu marcu in decembru ter opravljanje administrativnega dela, ki se leto za letom širi in nadgrajuje. Veseli nas, da že enajsto leto zapored sodelujemo v projektu Dan za spremembe, ki je največja vseslovenska prostovoljska akcija, nastala z namenom spodbujanja državljanov k aktivnemu odzivu na potrebe svoje skupnosti. Prepričani smo, da je največja sreča nas vseh, če bivamo v družbi ljudi, ki nas spoštujejo in imajo radi. Tako smo v zadnjih letih obiskali družine, ki skrbijo za otroke s posebnimi potrebami, prisluhnili njihovim težavam, se z njimi družili in jim polepšali sobotno dopoldne, organizirali okroglo mizo na temo starajoče se družbe in iskali rešitve za boljše in lažje preživljanje jeseni življenja, dan za spremembe smo posvetili tudi našim stanovalcem domov starejših v Zasavju, pripravili plakate lepih misli, pesmi in zgodb, malo zapeli, zaigrali in poklepetali. V letošnjem letu je bil to po zelo dolgem času prvi večji dogodek, ki so se ga stanovalci domov lahko udeležili in obljublamo, da bo podobnih srečanj še več. Vez med prostovoljci in uporabniki utrjujemo z različnimi dejavnostmi. Če le dopuščajo možnosti, se v marcu in decembru dobimo, da obeležimo dan žensk, mam in babic. Besedico ali dve pa namenimo tudi moškim mučenikom. Decembra pa je srečanje že praznično obarvano in tudi popestrjeno s kulturno-glasbenim programom. Srečanja so vedno prijetna in lepo obiskana. Ker svojo pomoč radi nadgrajujemo smo v letu 2018 pričeli s tedenskimi medgeneracijski-



mi družabnimi srečanji vseh vključenih v naš program. Tako smo starejše zvabili od doma, med vrstnike in jim nudili pogovore, miselne in družabne igre, razgibavanje in v sodelovanju z mladimi nudili osnove za delo na računalniku in pametnem telefonu. Organizirali smo tudi tombole in krajše izlete ter jim tako popestrili dan in narisali nasmehe.

V letošnjem letu smo pričeli tudi s projektom »Lahko branje«, ki ga preko bralnih uric v DSO približujemo starejšim, ker smo mnenja, da bo to pripomoglo k bolj kvalitetnemu življenju starejših. V okviru bralnih uric pa se stkejo tudi lepe prijateljske vezi, obujajo spomini in obnavljajo knjige, ki ostanejo v spominu. Prepričana sem, da bi se brez nas veliko manj govorilo o pravicah in stanju duha pri starejših, da bi pristojni organi v posameznih primerih težje spoznali stisko in nemoč marsikaterega starejšega, da smo s svojim delovanjem marsikateremu starejšemu omogočili, da je premaknil čas odhoda v dom starejših, da so starejši tudi z našimi pobudami prišli do brezplačnih prevozov s Prostofer-ji in Sopotnik-i, avtobusi in vlaki ter pridobitvi subvencij e-oskrbe na domu in se vključili v organizirana tedenska druženja starejših. Ko se odločiš pisati o tem, kaj ti pomeni in kaj vse zajema prostovoljstvo v programu SzS, te misli in ideje kar prehitujejo. Vem pa, da ti življenje na pot prinaša razne preizkušnje in nove poti, nabirajo se izkušnje in želje po sooblikovanju ter lažšanju življenja starejšim, ki se iz leta v leto bolj izoblikujejo. Vse te zamisli, ideje in želje pa je lepše in predvsem lažje udejaniti s tako odlično in srčno ekipo društvenih koordinatorjev in prostovoljcev, ki jih premore Zasavska pokrajina. Tu smo doma kleni in srčni ljudje s prijaznim odnosom do soljudi in zavedanjem, da s tem ko nudiš pomoč, besedo, nasmehe drugemu – osrečiš tudi sebe.

*Pokrajinska koordinatorica, Jerica Laznik*

## Program na terenu

Ko sem bila povabljen, da sodelujem v programu, nisem pomišljala. Moja glava je kar prikimala in že se je začelo. Prvi obisk sva opravila skupaj z našim koordinatorjem. Ni steklo vse kot po maslu, pa sva vseeno opravila tako kot je treba. Dobila sem teren, naslove obiskovancev in začela svojo pot. Kamor koli sem stopila, ena sama prijaznost. Ob odhodu od obiskanega se je ponovil skoraj vedno enak stavek »Pa kmalu spet pridi«. Imela sem srečo, da res nisem že od začetka naletela



na negodovanje in zavrnitev. So pa bili ti moji obiski in poti res čisto nekaj posebnega. Tu se spoznaš s samoto in osamljenostjo, spoznaš mehkobo in dostopnost ljudi, ki si jih nekoč morda komajda pozdravil. Spoznaš njihovo zgodovino domala od zibeli naprej. Spoznaš pa tudi njihove trenutne tegobe, nerazumevanje s sosedi, celo z domačimi, in spoznaš tudi njihove zdravstvene težave. In vsaka stvar se človeka dotakne. Enega bolj, drugega manj, tudi ene stvari bolj, druge manj. In ko se usedeš nazaj v avto, je treba največkrat najprej globoko zadihati in nemalokrat se ti postavi vprašanje: »Vse to me še čaka? Koliko dni, tednov, mesecev, let imam še do tja?« Hvala Bogu pa je lahko že naslednji obisk ves poln veselja, lepih sončnih stvari. Tako da se tudi moje baterije znova napolnijo in grem zagnana naprej. Res je to proces »daj-dam« ali »podarim-dobim« in nikoli ni človeku žal porabljenega časa, telefona, bencina ... Ne, vse te porabljene stvari se vrnejo v veselju, sreči, zadovoljstvu, ki ti ga obiskovanec pokaže ob prihodu in vedno v tako pogostem stavku ob slovesu »Kmalu se spet oglasi«. Se mi pa vedno bolj pogosto postavlja drugo vprašanje: »Ko bom sama tam »na oni strani«, bo program še živ? Bodo mlajši poprijeli za nami in bom tudi sama deležna kakšnega takšnega obiska?« Takšna vprašanja najverjetneje zato, ker sedaj kot društvena koordinatorica vidim, kako težko je najti in nagovoriti človeka k sodelovanju. Toda, celo življenje doslej sem prešla z upanjem in tudi sedaj upam, da se

bodo še našli ljudje, ki bodo znali in hoteli pristopiti in razbliniti samoto in osamljenost. Da bi le čim prej premagali ta zahrbtni virus, ki nam zadnji dve leti skoraj popolnoma onemogoča pristne stike. In ko bo ta epidemija mimo, verjamem, da bo v nas vseh še več dobrega, ljubečega, sočutnega in ni vrag, da ne bi zmogli poiskati še več ljudi, ki bodo peljali ta, res dober projekt, naprej. Tudi do nas, ko bomo to potrebovali.

*Društvena koordinatorica, Helena Perko*

## Jesen življenja

Bil je vroč ponedeljek. Sonce je bilo že nizko. Pa se mi je vseeno zdelo, da še lahko pokličem mojo obiskovanko Mileno in njenega moža Leona, čila in dokaj zdrava osemdesetletnika, ki sem jih včasih redno obiskovala na vsake tri mesece, sedaj, v času covida pa smo se sem in tja le slišali po telefonu. Poiščem v imeniku in mobitel že zvoni. »Pozdravljeni, Milena. Helena pri telefonu. Kako ste?« Na drugi strani pa zaslišim tih slaboten glas: »O, Helena, ti si. Veš, jaz sem sama. Čisto sama. Moj Leon je v bolnici. Na intenzivni.« Tudi sama sem nekoliko obstala ... »Kaj se mu je pa zgodilo?« v strahu vprašam. »V petek so ga odpeljali. Dušilo ga je. Pa kar na intenzivno so ga dali. Njegovo srce je čisto ošvohnelo.« Vse te besede so bile ovite v solze. »Pa še ta korona. Ne morem na obisk. Še telefon težko dobiš. Smo se dogovorili, da samo ena hčerka kliče, da vsi ne sitnarimo. Pa me je tako strah, če mi morda vsega, kar ji povedo zdravniki, ne pove. Tako me je strah. Če pride do najhujšega. Helena, potem bom čisto sama. Zakaj ne bi šla jaz pred njim na oni svet.« Skušala sem jo pogovoriti, jo potolažiti. Ko se je nekoliko pomirila, sem ji obljubila, da se naslednji dan znova slišiva. In res, vsak dan je zazvonil telefon. A novice niso bile nič kaj vzpodbudne. Ker sem vedela, da je gospa cepljena, jaz pa tudi, sem se v soboto podala kar na obisk. Tako se vse lažje pogovoriš, kot pa po telefonu. Bila je vesela, klepetali sva in klepetali. »Samo, da bi ga enkrat dali iz intenzivne«, je proseče izdavila. V nedeljo so jo obiskali domači, zato ji nisem še sama sitnarila. V ponedeljek zjutraj okoli osme ure pa mi pozvoni telefon. Gospa Milena. Kar s strahom sem se oglasila. Pa zaslišim na drugi strani mnogo bolj veder glas: »Veš, dali so ga iz intenzivne.« Poklepetali sva in bili obe zadovoljni. V sredo mi telefon že spet zvoni zgodaj: »Veš, v petek mi ga pripeljejo že domov. Saj se bojim.

Sem pa neizmerno srečna.« Niso ga pripeljali v petek. V soboto pa je res prišel. Ves »bolnišničen«, ampak bil je doma. Bila sta skupaj. Še sva se slišali po telefonu, tudi obiskala sem jih. In ker sta bila videti kar dobro, sem jih znova obiskala po treh tednih ... Trkam ... In komaj zaslišim glas gospoda Leona: »Ja«. Previdno vstopim. »Dober dan. A ste sami? Kje pa je mama?« »Ja, sem čisto sam. Mama je dobila datum za operacijo kolena in je v bolnici. Saj je dolgo čakala«. Bila sem kar v zadregi. Pa ravno zdaj, sem si mislila. »Saj bo konec tedna že doma. Mene pa vsak dan obiščejo otroci. Bom menda zdržal. Sem pa še slaboten.« Še sva klepetala. »Na mobi jo pa ne kliči. Ne pusti. Pravi, da jo motimo, ko ima preglede in vizite. Je tudi mene kar prekinila.« Obljubila sem, da je ne bom klicala, ampak se bom raje oglasila, ko se vrne domov. In tako se je tudi zgodilo. Tudi v teh težkih korona časih pridejo v življenju nepredvidljive situacije, ki jih je treba »dati skozi« in jih rešiti, kot se najbolje dajo. Če pomaga topla beseda in podarjen čas, potem je program SzS tisti, ki se ga lahko oklenemo. In to prav gotovo pomaga, vsaj moralno, v vsakem trenutku.

*Prostovoljka, DU Gabrovka*

## Medgeneracijska druženja v MC Hrastnik

Četrtekova druženja udeležencev v programu SzS potekajo od 9.00 do 11.00 ure, velikokrat tudi malo dlje in so odlična sprostitev za dušo in srce. Takoj ob prihodu stečejo pogovori in se vidi veselje ob snidenju, nato pa se razporedimo v manjše skupine. Na eni strani kotiček za kvartopirce, na drugi tisti, ki iščejo pomoč mlajših pri raziskovanju računalniškega znanja in uporabe pametnega telefona, tam v kotu so vneti reševalci križank, ugank in hitrih prstov ob igri »država, mesto, reka«. Možgančki delujejo hitro, pisala še hitreje in že se sliši vesel klic KONEC. Najvznemirjivejši pa so četrtki s tombolo. Za vodenje zadnje sva bili zadolženi midve z Jožico, ki pri izklicevanju števil rada zavlačuje in postavlja uganke ali pove kakšen vic, da je še bolj napeto. Vedno pa imamo tudi nagrade za tri najhitrejšie tombole. Nagrade si izprosimo pri naših podjetnikih, ki nam radi priskočijo na pomoč. Ob zaključku druženj se dobre volje poslavljamo, saj smo prepričani, da se kmalu spet vidimo.

*Elvira Šikovec, prostovoljka*

## Moj pogled na program SzS

Program Starejši za starejše spremljam bolj po reakcijah naših članov, ki se odzovejo na obiske prostovoljcev. Moram reči, da je glede na prijazna pisma in prijazne telefonske razgovore jasno, koliko jim ti obiski pomenijo. Še vedno je kot izgleda glavni problem starejših osamljenost, ki pa jo naši prostovoljci uspešno obvladujejo. Letošnje leto, ki ga je zaznamoval Covid-19, je bilo tako za upokojence kakor tudi za prostovoljce izredno zahtevno, zato želim vsem članom ZPZDU, da se tudi v bodoče počutijo dobro, ko jih obiskujejo naše neumorne prostovoljke in prostovoljci. Pa srečno novo leto 2022 z željo, da bo boljše, kot je bilo minulo.

*Predsednik ZPZDU, Janez Malovrh*

### Ko zapuša prostovoljec obiskanega, se utrne misel:

**»Ko ob slovesu je nasmeh in tople roke stisk, skrita solzica v očeh, nerodno izrečena hvala za obisk, vemo, na pravi poti smo!«**

*Franc Gombač*

# Marija Lena Wohlfond

**»Talent se (obli)kuje v tišini, karakter v viharju sveta.«  
(Goethe)**

Moje znanstvo, ki se je z leti krepilo z Marijo-Leno Wohlfond, seže v moja mladostna leta, ko sem obiskovala osnovno šolo v mojem Hrastniku. Gospa Marija je bila moja učiteljica, ki nas je med drugim uvajala tudi v skrivnost srbo-hrvaškega jezika in cirilice, ki je bila za vse nas kar težka preizkušnja. Toda z njeno pomočjo in potrpežljivostjo jo naše generacije, z micenimi težavami, uspemo prebirati še danes. Danes sva obe članici DU Hrastnik in mi je v veselje ter ponos, da jo lahko predstavim tudi vam.

Rodila se je v idilični vasi Maovice v Dalmatinski Zagori. Po končani vojni in izgubi staršev se je kot vojna sirota selila iz kraja v kraj in iz doma v dom in kljub vsemu končala učiteljske v Puli. Kot preganjana in ranjena ptica je iskala ljubezen, nežnost, zavetje ... svojo družino, ki jo je našla in si v Hrastniku zgradila prijeten in ljubeč dom. Z leti, predvsem pa po upokojitvi in izgubi moža, ko se je umaknila v samoto in v

zavetje njune gorske hišice, sta se bolečina in obup močno dotaknila njene umetniške duše in rodila se je pesem. Piše prozo, pesmi, slika, je vir znanja o zdravilnih rožah (pravi, da bi vsaka družina morala doma imeti osnovni nabor rožc – rman, trpotec, materino dušico, meliso in meto) in je vedno pripravljena na pogovor in pomoč. Svoje znanje in izkušnje rada deli in nadgrajuje tudi med sovrstniki na Univerzi za tretje življenjsko obdobje Zasavje in v družbi slikark – članic Društva upokojenih pedagoških delavcev Slovenije. Vsa svoja hrepenenja, spomine in razmišljanja je tako subtilno in iskreno združila v izpovedi preko svojih umetniških del. Za njo je veliko slikarskih razstav, objav pesmi, zgodb in recitalov. Svojo prozo in pesmi pa vedno izdaja v samozaložbi in čisto potihovo vam povem, da je tik pred zaključkom že nova knjiga. Ker je v svojih pogovorih zelo skromna, nam toliko več povedo njena dela, ki te prevzamejo in popeljejo po poti njenega življenja, ki v veliki večini ni bilo prijazno in radodarno. Največjo srečo je in še vedno najde pri svojih najbližjih, ki so njena sreča in njen svet. Sama uživam ob



pogledih na njene slike, prebiranju zgodb in pesmi. Čisto posebna in zelo osebna pa je pesem Leta stisnjena v pest, v katero je v nekaj vrsticah stkano njeno življenje. Vse že zapisano pa zaključujem z njenimi besedami: »Ljubezni ni nikoli dovolj – vedno jo kdo potrebuje«.

*Jerica Laznik*

# E – Oskrba, kaj je to?

E-oskrba omogoča varno bivanje na domu vsem, ki želijo ostati in živeti v domačem okolju, živijo pa sami, ali pa so njihovi svojci zaradi dela odsotni večino dneva, uporabniku pa omogoča, da se v primeru padca ali druge zdravstvene težave poveže s klicnim centrom, ki zagotovi hitro in učinkovito zdravstveno pomoč.

**Telekom Slovenije, projekt E-oskrbe Varni in povezani** izvaja v sodelovanju z občinami z namenom skupnega subvencioniranja in dostopnosti čim večjemu krogu uporabnikov. Pokrajinske in društvene koordinatorice in koordinatorji programa Starejši za starejše so pobudniki v občinah za pristop k projektu Varni in povezani. Tudi sama sem prispevala, da je moja občina Novo mesto sklenila pristopiti k projektu Varni in povezani in tako omogočila še eno obliko oskrbe na domu.

Vsi si želimo ostati in živeti čim dlje v svojem domu in **E-oskrba** nam to omogoča, da se počutimo varni in povezani, četudi smo sami doma. Ena od prvih uporabnic v Novem mestu je svoje mnenje o E- Oskrbi opisala z naslednjimi besedami:

**»Povedati moram, da mi varstvo na daljavo omogoča mirnost in brezskrbnost v mojem domu kjer živim sama. Hvala vsem, ki so zaslužni za ta projekt varovanja. Lep pozdrav S.L.«**

*Rožca Šonc, operativna vodja programa Starejši za starejše*

## E-Oskrba v DU Šmartno pri Litiji

Pred tremi leti je naše društvo organiziralo srečanje zasavskih prostovoljcev iz programa »Starejši za starejše«. Na to srečanje smo povabili tudi župana naše občine g. Rajka Meserka. Tu se je seznanil z akcijo **Telekoma Slovenije** in njihovo ponudbo E-oskrbe za starejše osebe, ki živijo same doma, oz. prebijejo večino časa same. V društvu smo bili zelo veseli njegove pripravljenosti, da občina sofinancira to storitev. Naši prostovoljci programa »Starejši za starejše« so hitro našli osebe, ki bi jim E-oskrba olajšala življenje doma. Ljudem smo na domu predstavili to storitev in tudi svojce seznanili s pozitivnimi učinki te storitve. Večina se jih je odzvalo zelo pozitivno. V družinah, kjer imajo dobre medsebojne odnose, so bili zelo navdušeni. Manj zaupanja je bilo tam, kjer so se svojci ustrašili, da bi se kaj neprijetnega razkrilo. Ob obisku starejše gospe, kjer sem ji predstavila E-oskrbo, mi je povedala o dogodku, ki se ji je zgodil, ko je ponoči padla iz postelje. V temi ni našla prave telefonske številke sina, po naključju je poklicala vnukinjo, ki živi daleč stran na Dolenjskem, to pa se je pripetilo v Litiji. Po posredovanju vnukinje je bil sin pravočasno obveščen, da je prišel do matere. Po vzpostavitvi E-oskrbe je bila zelo zadovoljna, da je lahko poklicala pomoč ne glede na čas, saj je vedno imela za vratom obesek E-oskrbe. Danes je gospa, žal, že pokojna, sin mi je povedal, da je mati trikrat koristila to storitev. Zelo smo hvaležni županu, da je zagotovil sredstva za celotno naročnino, tako, da je storitev dosegljiva vsem, ki jo potrebujejo, ne glede na njihovo finančno situacijo. Naši prostovoljci spremljajo razmere pri naših uporabnikih, vendar žal le pri tistih, ki so pripravljeni sodelovati v programu »Starejši za starejše«.

*Koordinatorica DU Šmartno pri Litiji, Nada Pintar*



## Kako deluje E-oskrba?



Uporabnik



Asistenčni center



Pomoč



Družinski člani in svojci

# Financiranje po meri upokojencev!

## Preverite ponudbo in prihranite.

Obiščite vam najbližjo poslovalnico Addiko banke ali nas pokličite na 01 5804 228 in skupaj bomo našli najboljšo rešitev za vas.



## Tudi za vas je čas za pozitivnejši pogled naprej!

Leto 2022 je priložnost za svež val optimizma, da spet začnemo verjeti v dobro ter delati načrte s pozitivnim pogledom v prihodnost. Ne glede na to, kdo smo in kje v življenju se nahajamo. **Načrte in želje imamo vsi, in prav je tako.**

Za izpolnitev želja ali zadanih načrtov pa včasih potrebujemo malo pomoči. Zato je Addiko banka pripravila **ugodne rešitve za upokojence, tudi tiste z nižjimi prihodki**. Sklenitev financiranja v Addiko banki je preprosta, saj Addiko svetovalci vedno priskočijo na pomoč in uredijo vse potrebno za varno in enostavno sklenitev financiranja po vaši meri.

**Postanite stranka Addiko banke in prihranite!** Upokojenci v Addiko banki tudi prihranijo. Ob sklenitvi financiranja lahko upokojenci izkoristijo brezplačno vodenje bančnega računa ali paketa bančnih storitev za ves čas trajanja financiranja.

Katero Addiko financiranje je prava izbira za vas, preverite v katerikoli poslovalnici Addiko banke ali na telefonski številki 01 5804 228. Addiko svetovalci bodo skupaj z vami našli pravo in najugodnejšo rešitev za vas.

Naj vaši zadani načrti in želje ne ostanejo neizpolnjeni zaradi pomanjkanja denarja. Poskrbite za pomladno prenovu vašega doma ali okolice, olajšajte si svoje življenje z nakupom novih gospodinjskih aparatov ali preprosto uredite svoje osebne finance hitro in enostavno.

## Addiko Bank

# Slovenska izhodišča za pripravo programov kohezijske politike 2021–2027

Evropska kohezijska politika je naložbena politika EU, namenjena vsem regijam in mestom v EU za zmanjševanje neskladij med različnimi regijami in materialni podpori manj razvitim področjem. Podpirajo jo številni finančni skladi:

**1. Evropski sklad za regionalni razvoj, 2. Evropski socialni sklad plus, 3. Kohezijski sklad, 4. Sklad za pravičen prehod, in dva sklada, ki sta za interese naše zveze manj pomembna. To sta Evropski sklad za pomorstvo in ribištvo ter akvakulturo in Sklad za notranjo varnost, upravljanje meja in vizumsko politiko.**

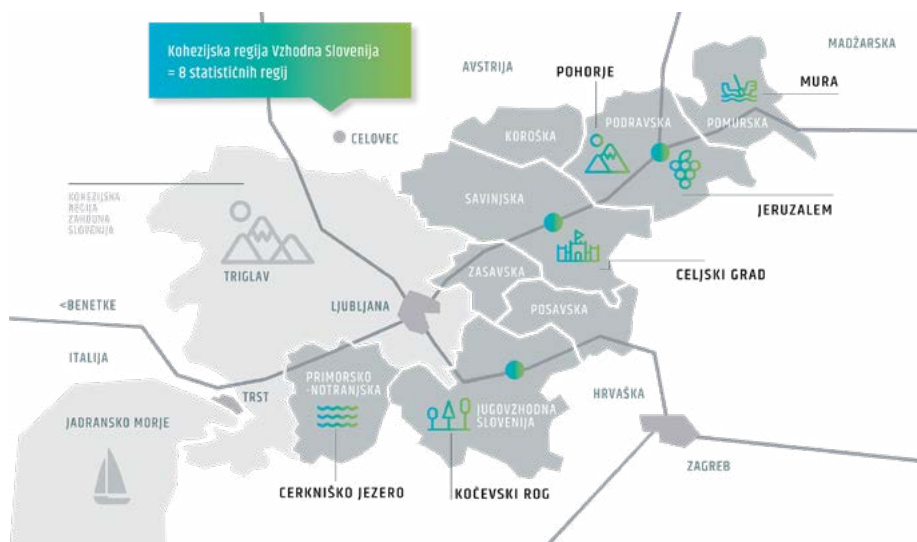
Cilji kohezijske politike za obdobje od 2021 do 2027 so: **pametnejša Evropa, bolj zelena in nizkoogljična Evropa, bolj povezana Evropa, bolj socialna Evropa in Evropa bliže državljanom.**

K posvetovanju o izhodiščih za izvajanje programa kohezijske politike, ki ga je organizirala Služba vlade za razvoj in evropsko kohezijsko politiko (SVRK), je bilo povabljenih tudi dvajset nevladnih organizacij. **ZDUS je izrazil interes za 3. in 4. kohezijski cilj, pri obravnavi prvega pa smo se pridružili mreži Nevladnih organizacij za digitalno enakost in kulturo (NVO VID).** Posebno pozornost smo namenili 4. cilju, saj se je SVRK odločila za pripravo izhodišč enotnega programa, ter zadnjemu, 5. cilju, dopolnil, ki obravnava lokalni program za Savinjsko-Šaleško in Zasavsko premogovno regijo.

**Cilji kohezije s predvidenimi ukrepi Slovenije in možnimi naložbami:**

**1. Pametnejša Evropa:** Ukrepe na tem področju bo podprla z naložbami v raziskave, razvoj in inovacije, konkurenčnost malih in srednjih podjetij in v znanje in spretnosti za pametno specializacijo in digitalno preobrazbo.

**2. Bolj zelena in nizkoogljična Evropa** bo spremljana z naložbami v spodbujanje energetske učinkovitosti, obnovljivih virov energije, prilagajanju na posledice podnebnih sprememb, kakovosti javnih storitev na področju oskrbe s pitno vodo in odvajanju ter čiščenje odpadnih voda, z vzpostavitvijo pogojev za krožno gospodarstvo in izboljšanjem stanja biotske raznovrstnosti, s spodbujanjem uporabe alternativnih goriv v mestih ter infrastrukture za trajnostno mobilnost v urbanih območjih.



**3. Bolj povezana Evropa** bo nastajala z izboljšanjem mobilnosti in regionalne povezanosti (IKT) ter z naložbami v posodobitev železniške infrastrukture, odpravo ozkih grl in prometnih zastojev na vseh cestah, v državno kolesarsko omrežje in v spodbujanje trajnostne mobilnosti s pripravo prometnih strategij, regijskimi centri mobilnosti, digitalizacijo v prometu in informiranjem ter osveščanjem.

**4. Bolj socialna in vključujoča Evropa** vsebuje »upoštevanje evropskega stebra socialnih pravic z odzivnim trgov delav, vključno z izobraževanjem ter z »vključujočim in kvalitetnim sistemom dolgotrajne oskrbe in zdravstvenega varstva ob zagotavljanju dostojnega življenja in vključenosti za vse«.

**5. Evropa bliže državljanom** bo nastala s spodbujanjem trajnostnega in celostnega razvoja vseh vrst območij ter lokalnih pobud, razvoja mest, podeželja in obalnih območij, z naložbami, ki izhajajo iz pripravljenih teritorialnih in lokalnih strategij. V okviru tega tudi Sklad za pravični prehod z naložbami, ki naslavlja socialne, zaposlitvene, gospodarske in okoljske učinke načrtov za Savinjsko-Šaleško in Zasavsko regijo.

**ZDUS je pripravila vrsto predlogov, ki predstavljajo umestitev možnosti programov za starejše ljudi v okvir 4. cilja, saj je ta del slovenske populacije v napisanem besedilu, razen splošnega izraza »za vse«, v konkretizaciji popolnoma izpadel zato smo ponudili:**

**Na področju trga dela vključevanje starej-**

**ših v delovne procese v okviru aktivne politike zaposlovanja ter stimuliranje delodajalcev za prilagoditev pogojev dela starejših.**

**Na področju izobraževanja** ukrepe prilagajanja na daljšo delovno dobo vključno z usposabljanjem kadrov, potrebnih za dolgotrajno oskrbo, ki so potrebni poleg zdravstvenih delavcev, ukrepe za spodbujanje aktivnega staranja, vključno s pripravami na upokožitev, na področju zdravstva pa podpiramo investicije in pričakujemo še vlaganja v preventivne programe za zmanjševanje obolenosti.

**Na področju dolgotrajne oskrbe** programe deinstitutionalizacije, nastanitvene zmogljivosti za osebe z demenco in ustrezno oskrbo, programe oskrbe na domu, vlaganja v programe bivalnih skupnosti, podpora programom prostovoljskega dela, podpora programom kreativnosti in ohranjanja kulturne dediščine, preventivne športne in rekreativne programe namenjene starejšim ljudem, podpora e-oskrbi in varnostno tehnično opremljanje bivalnih enot in stanovanj starejših, kar smo omenili že na posvetu.

Skupni planirani finančni okvir za vse programe je **3.150,90 mio EUR**. Slovenija ima na ravni kohezijskih regij dve stopnji razvitosti – zahodna kohezijska regija kot bolj razvita in vzhodna kohezijska regija kot manj razvita. Izhodišča navajajo deleže sredstev, ki jih mora Slovenija nameniti za posamezno regijo za ciljne politike pri črpanju sredstev iz določenih skladov. Iz teh finančnih okvirov pa je razvidno, da bodo prevladovala vlaganja v vzhodno regijo.

Jožica Puhar, podpredsednica

# Varstvo – življenje starejših v Weltersbachu v Nemčiji

**Pot me je pred pandemijo dvakrat vodila po Nemčiji. V kraju Weltersbach - "naselju starejših" smo s slovenskim orkestrom prirejali tamkajšnjim stanovalcem promenadne koncerte. Bilo je časa na pretek za spoznavanje posebne oblike varstva - življenja starejših ljudi v tem kraju.**

Položen, v gričevnato pokrajino med velikimi mesti Koln, Dusseldorf in Wuppertal, se Weltersbach skriva med polji, travniki in gozdovi. Ustanova »Pilgerheim Weltersbach« je vas (romarski dom) za starejše, potrebne oskrbe in nege. Dom je priključen evangeličanski cerkvi v Rheinlandu. Iz skromnih začetkov se je ustanova razvila v naselje starejših (Seniorendorf), v vas upokoencev, v kateri živi in je oskrbovanih več kot 500 ljudi. Pilgerheim Weltersbach je leta 1926 ustanovila skupnost baptistov iz Rheinlanda in Westfalena, da bi ponudila dom in lajšanje vedno večjih težav starejšim osebam. Weltersbach nudi poleg sodobno in funkcionalno urejenih oskrbovalnih poslopij, apartmajev in stanovanj tudi moderen center za druženje. Tradicija in sodobnost se srečujeta

in povezujeta na vsakem koraku. Bližina ljudi, naklonjenost, ljubezen do bližnjega - je v funkciji nege in oskrbe. Dolina nudi tudi vse druge pogoje in možnosti zagotavljanja polnega življenja. Kavarna vabi k srečanjem; medkrajevni avtobus vozi v druga mesta; trgovina nudi vse potrebno za vsakdanje življenje; bogato založena knjižnica je pri roki za lažje *čtivo pa tudi za izobraževanje*. Ljudje niso le pasivni odjemalci različnih aktivnosti, temveč so prisotni z lastnimi idejami in kreiranjem programov. Kdor je vezan na sobo, lahko spremlja življenje v Dolini preko radia in televizije (videa). Posebnost Weltersbacha je kmečki značaj. Približno 500 prebivalcev živi v različno velikih hišah stare vasice. Razlikujejo pa tri vrste območij:

## Območje za nego

Stanovalci, ki potrebujejo večjo nego, so nastanjeni v oddelkih za nego. Hiša »Siloah« nudi vse pogoje za intenzivno nego. Na treh negovalnih oddelkih 24 ur dnevno nudijo nego 69 oskrbovancem. Nastanjeni so največ v dvoposteljnih sobah. Zaradi vse večjega povpraševanja

so v hiši »Bethel« opremili še en oddelek s 17 posteljami. Kljub tej ponudbi je čakalna doba za ta oddelek še vedno dva do štiri mesece.

## Domsko območje

Približno 250 stanovalcev živi v 11 hišah, skoraj brez izjeme v enoposteljnih sobah s kopalnico in straniščem. Sobe so lahko opremljene z lastnim pohištvo. V vsaki hiši je jedilnica, v kateri postrežejo s 3 do 4 obroki dnevno, poskrbljeno je tudi za pranje in čiščenje stanovanja. Na razpolago je osebje za pomoč pri težjih opravilih, ki jih stanovalci sami ne zmorejo. Obstaja tudi nočno dežurstvo. Stroške delno pokriva zdravstvena zavarovalnica. Čakalna doba za domsko območje je od 6 do 12 mesecev.

## Oskrbovalno domovanje v najemniškem območju

Kdor bi v starosti rad obdržal svojo samostojnost in ima za to možnosti, se lahko prijavi za to območje, za katerega je največ povpraševanja. Trenutno je čakalna doba najmanj pet let. Za posa-



meznike je na razpolago 60 apartmajev, za zakonske pare pa vrstne hiše, bungalovi ali apartmaji. 19 vrstnih hiš stoji v Bergstrasse. Vsaka hiša ima 60 m<sup>2</sup> in ima dnevno sobo, spalnico, kuhinjo, vežo in kopalnico. Dodatno ima še teraso in majhno ropotarnico. Hiše imajo talno ogrevanje in so kompletno opremljene. Enako je opremljenih 30 bungalovov, ki imajo 60 m<sup>2</sup> površine. Preko 80 apartmajev ima enake prostore in opremo, vendar z manjšo (37–45 m<sup>2</sup>) površino. Za stanovanja se lahko prijavijo le osebe z dovoljenjem WBS (Wohnberechtigungsschein). Sklenitev najemne pogodbe je vezana tudi na pogodbo o oskrbi. Ta stanovalcem zagotavlja (med drugim) tudi takojšnjo pomoč v stanovanju in pomoč v sili. Na vseh treh območjih sta delujoči socialna in zdravniška služba ter fizikalna in ergo terapija.

### Življenje v vasi

Uprava, strokovno osebje in prostovoljci se trudijo stanovalcem pripraviti čim ugodnejše bivanje. K temu pripomorejo različne dejavnosti, ki se odvijajo skozi celo leto. Ob ponedeljkih in četrtek je telovadba. Dvakrat tedensko vabijo na plavanje in vsak dan na ergo terapijo. Ob petkih so vsi ljubitelji šaha v šahovskem klubu. Kdor se rad družijo, je prijazen vabljen k urici veselega druženja v hiši "Tabea". Knjižnica ponuja pestro izbiro

in je odprta dvakrat tedensko. Osrednja markantna točka vasi je Kristusova cerkev in k njej pripadajoča poslopja. Tu se odvija večina cerkvenih in kulturnih prireditev. Vsako nedeljo dopoldne je maša in vsak torek popoldne je biblijska ura. Vsako jutro prenašajo v hiše jutranjo molitev pa tudi vsakovrstne novice. Radi vabijo različne zборе iz sosednjih krajev in tudi šole so obiskovalke vasi (ne le v božičnem času). Vrhunec "kulturnega" poletja so koncerti zborov in orkestrov, ki prihajajo iz oddaljenih mest in tujine. V Weltersbachu so že gostovali zbori in orkestri iz ZDA, Kameruna, Ugande, Tajske, Rusije, Peruja, Slovenije in drugi. Za stanovalce organizirajo 3–4 krat letno daljša potovanja, izlete in dopuste. Največji domači izlet je septembrska vožnja po Renu ali Moseli. S tem izletom se običajno tudi končuje "sezona izletov". V vasi so vsakovrstne možnosti nakupovanja; ob ponedeljkih, sredah in petkih stanovalce obišče potujoči SE-Market in "zelenjavni voz". Petkrat tedensko vozi redni avtobus do Solingena in Leverkusna in nazaj.

### Vas starejših?

Da. Vendar sem jo doživel vse dni kot kraj impulzivnega življenja, različnih pobud in izzivov ter neomejenih možnosti gibanja. Kajti dolina je tudi za pešce in trimčkarje iz bližnje okolice zanimiva. Weltersbach

je kraj, ki združuje ljudi vseh generacij. Spremljanje in pomoč nudi 500 stanovalcem kar 200 strokovnih delavcev in prostovoljcev. S staranjem se pojavijo tudi vsakovrstne težave: popuščajo telesne in umske moči, nastopijo gibalne težave in potreba po negi pripelje do odločitve za dom - romarsko vas. Weltersbach nudi kvaliteto oskrbe in nego. Pa ne le to: stanovalce strokovno in laično osebje tudi spremlja na sedanji življenjski poti, ki je mnogokrat povezana s slovesi, boleznijo in omejitvami. Želijo jim nuditi dom, v katerem bodo začutili bližino, varnost in pripadnost. Med bivanjem sem zbral nekaj kamenčkov iz življenjskega mozaika v seniorski vasi.

**G. M.:** "Biti mlad ni le razmišljanje starejših, temveč je tudi vprašanje kvalitete življenja. To vprašanje je v Weltersbachu napisano z veliko začetnico. Za našo vas je značilno 500 čilih starejših, tistih potrebnih posebne nege pa tudi psihično prizadetih. Sem šteje še strokovno osebje z družinami ter stalni obiskovalci. Pravšnje okolje, da aktivno preživiš čas ob nudenju pomoči. Mir in aktivnost, je moj recept, da ostaneš mlad."

**H. P.:** "Rad živim tukaj, ker se veliko smejimo. Smeje in starejši ljudje? To lahko vidimo vsak dan. To spada skupaj. Dobro je, da se v Dolini toliko smeji in to ob veselih praznovanjih, pri nakupovanju, izletih, v kavarni Cafe. Za oblikovanje življenja, za pogovore in gibanje, za mir in spremembe je v Dolini vsestransko preskrbljeno. In pri tem obstaja možnost, da se zahvališ bogu za to, kar je človek naredil dobrega v Dolini."

**H. Z.:** "Tu sem našel nove prijatelje. Stari pregovor pravi, da starega drevesa ne moreš presaditi. To velja tudi za starejše. Če pa prideš živet v W se pustiš presaditi, kajti začutiš plodna tla, da lahko poženejo nove korenine. Življenje v Dolini je zaradi različnih spodbud in mikavnosti močno utripajoče in nudi veliko možnosti za navezovanje novih stikov z ljudmi."

**F. P.:** "Tukaj živim v verovanju. Vsak človek je povezan z Bogom. O tem smo prepričane. Zaradi tega so za nas pomembne duhovne vaje, vsakodnevno jutranje meditiranje je prisotno v vsakem stanovanju, branje Biblije, maše. Življenje v krščanski srenji nudi možnosti dušnopastirskega svetovanja. Za to so na voljo evangeličanski in katoliški duhovniki. Za nas je še posebej pomembna duhovna pomoč umirajočemu." Programi in aktivnosti ter celotna klima podaljšujejo stanovalcem kakovost življenja v pozno starost. Tako sem ga tudi podoživil v Weltersbachu.

Milan Pavliha, prof. ped.



**Drage članice, prostovoljke, ob Mednarodnem dnevu žena, 8. marcu, vam želimo veliko zdravja in zadovoljstva pri vašem plemenitem poslanstvu.**  
**Vodstvo ZDUS**

# Vsakdo ima pravico do besede - v Danski šoli za življenje

**Dansko sem prvič obiskal že ob koncu gimnazijskih let (z ljubljansko folklorno skupino na gostovanju v Københavnu). Med študijem psihologije in pedagogike sem bil ob pomoči Mednarodne študentske organizacije več mesecev na študijski praksi v mestu Nykøbing in v Københavnu. Desetletja kasneje pa sem na Danskem v mestu Ry spoznaval Folkehojskole – Dansko šolo za življenje.**

Danska izobraževalna posebnost in znamenitost ni namenjena poklicnemu usposabljanju, ampak usposabljanju za življenje. To je folkehojskole, v kateri večina tečajev traja od 4 do 8 mesecev pozimi, poleti pa teden ali dva. Ti tečaji so namenjeni večinoma mladim ljudem od 18. do 23. leta, poletni pa slušateljem vseh starosti. Nekatere šole imajo vrtce za starše z otroki. Na Danskem je kakih sto folkehojskole. Imenujejo se po krajih, kjer stojijo. Nekatere so stare, druge novejše, majhne – za 30 študentov ali več sto, bogate in skromne, arhitekturni dragulji, kakršen je v Ryju. A ni važna zunanost, ampak ozračje, ljudje. Te šole za življenje so vrt, kjer gojijo demokratične vrednote, dialog, miroljubnost; tu se učijo dati

besedo vsakomur in poslušati tuje mnenje. V slovenskem prevodu je folkehojskole visoka ljudska šola, vendar z edinstveno in izvirno posebnostjo, da je to svobodna šola brez ocenjevanja, ki ne izobražuje za poklic, ampak za življenje. Njena glavna naloga je širiti obzorja. Ni ne ocen ne izpitov, nobenega guljenja in domačih nalog. Učenci imajo le eno dolžnost: prihajati morajo k pouku predmetov, ki jih sami izberejo (v Ryju izbirajo med 24 predmeti). Pa kaditi ne smejo in piti alkohola in hoditi pijani naokoli. **Država ne predpisuje predmetnika, sestavljajo ga učitelji in učenci.** Vlada te šole plačuje, izvajanje pouka pa ne nadzoruje in ne predpisuje. Šola je več kot kraj učenja, učenci in učitelji tu tudi živijo, jedo, spijo, se zabavajo, spoznavajo drug drugega in se uživajo v življenju v skupnosti. Rojevajo se ljubezni in prijateljstva. Danska pripisuje temu načinu ljudskega izobraževanja globok in širok pomen: več kot zgolj širiti znanje in tehnične veščine med širšim prebivalstvom. Obsega celotno človekovo kulturno okolje in temelji na demokratičnem prepričanju, da si nihče ne more lastiti pravice do absolutne resnice, vsakdo ima pravico do besede.

Ena od značilnosti je raznolikost predmetov, ki jih poučujejo. Glavnih usmeritev je šest: novinarstvo, glasba, umetnost, narava, filozofija in gledališče; v Ryju pa izbirajo med 24 predmeti. Po zakonu mora folkehojskole poskrbeti za tako izobraževanje, ki širi obzorja, ne sme pa tekmovali s tradicionalnimi šolskimi ustanovami, ne sme ocenjevati ali izdajati spričeval. Njena glavna naloga je razsvetljevati ljudi o temeljnih življenjskih vprašanjih. To ne pomeni, da pouka ni treba jemati resno. Nasprotno: ker ni predpisane vsebine, guljenja, izpitov, ocen in nadzora, temelji zgolj na prostovoljnosti in zavzetosti študentov in sposobnosti učiteljev, da jih motivirajo. Glavno načelo folkehojskole je, da sta uk in človeško prizadevanje namenjena življenju in ne obratno. Študij posameznega predmeta razvija študentove sposobnosti, spretnosti ali znanje, ki pa ne zadoščajo, ko smo postavljeni pred temeljna vprašanja človeškega življenja. Eden od temeljev danske visoke ljudske šole je, da nihče ne more zase trditi, da ima ključ do skrivnosti življenja. Edini način, da se ji približamo, je medsebojni dialog. Kaj daje življenju pomen, kakovost? Kateri je glavni element v človeškem življenju, bistvo človeškega življenja? Kako postanemo mi sami, kakšen je odnos med menoj in drugimi v človeški skupnosti? Kako lahko živimo resničneje? Kaj v vsakdanjem življenju pomeni, da imamo ljudje usodo drug drugega v svojih rokah. Vsa ta vprašanja, razprave o njih, oblikujejo svojsko ozračje v danskih folkehojskole. Seveda učitelji ne dajejo praktičnih odgovorov, le negujejo ozračje, kjer ti odgovori nastajajo. Pouk so torej posredna vrata do osebnostne zrelosti in samo-spoznavanja, tako da ljudje ne postanejo le strokovnjaki za ozko področje, na vseh drugih pa so nepismeni. Namen je pomagati študentom do modrosti o sebi in svetu. Tudi pri nas je mnogo učiteljev, ki jim je biti učitelj življenjsko poslanstvo, ki spodbujajo (v težkih koronskih časih) otroke, da postanejo boljši ljudje in jih pripravljajo na življenje. V medijih naj bo čim več pozitivnih zgodb o njih. Šola raste ali pade z učiteljem, ne pa s pravilniki in »sistemskimi« rešitvami.

Milan Pavliha, prof. ped.



# Oskrbovanje starejših v Uniji pesti pomanjkanje oskrbovancev

**Problem oskrbovanja na domu seveda ni nov - veliko govorimo o tem. Po 20 letih imamo zakonsko rešitev, s katero bo v letu 2024 urejeno vse, kar v njej še manjka in ko bomo z evropskimi sredstvi modernizirali obstoječe in zgradili nove enote za ta namen, povečali kakovost ponudbe in bo problem oskrbovalcev (pravilno oskrbovalk) rešen? Ali pa bo postal še večji? Nismo sami - pojav je znan in vseskozi prisoten in tudi vsaj evropski. Razrasel se je in danes so ciljana skupina mlajše upokojenke tudi naše, vemo - kje v EU odhajajo delavci v pokoj tako zgodaj kot pri nas.**

Priloženi oglas je objavljen v prvi letošnji številki Vzajemnosti. Podobne oglase in namige sem srečal še drugje. Spremljam dogajanje v Nemčiji, Avstriji, Švici, tudi Italiji, predvsem preko medijev, interneta in razgovorov. In spremljam tudi ocene o dosedanjem takem storitvenem delu v naših obmejnih krajih in tudi doma. Ta in podobni pozivi ponovno zahtevajo razmislek in razumevanje položaja naših starejših ljudi tudi preden bo zakon o dolgotrajni oskrbi »napolnjen« in bo dobil vse potrebne podzakonske akte in ustrezno financiranje v letu 2024. V bistvu je taka storitev oprta na našo in tujo (evropsko) vsesplošno veljavno »mantro« - ostati čimdalje doma in šele na koncu - če je treba, najti rešitev v institucionalnem okolju. Podobne navade gojijo ter se ravna po njih še drugje - tudi naši bližnji severni in zahodni sosed. Ob tem se je razvil poseben trg prekomejnih socialnih storitev na »siv« način. Potrebe so določene, način njihovega zadovoljevanja tudi - glej oglas, način takega dela pa je že dokaj masoven. In takih oglasov bo še več. Trimesečno bivanje v drugi članici Unije je lahko razumljen kot turistični obisk tudi za prebivalce, ki niso državljani unije. Kaj delamo med tem času pa je naša odločitev. Švicarski radio SRF 4 je 10. 1. 2022 med drugim povedal nekaj več o tem, med drugim, kako poljske ženske na tak način pokrivajo velik del oskrbe nemških, avstrijskih in drugih upokojenec na njihovih domovih. Povedali so tudi, kako te donosne storitve za njihove starejše na poljskem izvajajo ukrajinske oskrbovalke, kot jim formalno rečejo spre-



mljevalke. Razlike so v »nijansah«, storitev se razpisuje in prijavlja kot družabništvo in ne kot nega ali oskrba. In kaj je novega za nas? Našim - z odhodom v pokoj »osvojenim« upokojenkam - kot to povedo na TV Slovenija, so s Koroške poslali priloženo vabilo. Razumljivo! Pozvane negovalke imajo že urejeno pokojnino in urejeno zdravstveno zavarovanje, kakšne velike nove formalnosti in zavarovanj niso potrebne. Turizem pa je tako dovoljen. Zanimiva je ponudba - 21 dni ali tri tedne in 70 € x 21 dni zneso 1470 €. Ostalo - hrana, prenočišče in prevoz so tudi plačani. In če smo zdravi, in po televizijsko osvobojeni dela ter potrebujemo nov izziv, se bomo odločili. Kolikšna je naša povprečna pokojnina, tudi vemo. Koliko takih storitev tudi brez oglasov se že dogaja v naših obmejnih območjih? In koliko navznoter? Ocene mogoče obstajajo? Gotovo pa take možnosti tudi že dolgo in tudi danes vplivajo na naše relativno zgodnje upokojevanje, saj smo mnogi še zdravi in sposobni za nadaljevanje dela na drug način. Zakaj torej ne bi na tak način pomagali tistim nemškim, avstrijskim, italijanskim, švicarskim starejšim gospodinjstvom, ki lahko tudi plačajo take storitve? Kako se bo ta koroški oglas

»prijel« pri nas ne vemo in kdo uradno spremlja ta pojav tudi ne. Taka in druge manj formalne ponudbe v tujini pomenijo seveda vpliv na naše notranje socialne storitve, njihove cene in seveda po svoje tudi posredno vplivajo na naš sedanji institucionalni trg socialnih storitev.

In ponovimo splošne resnice! Negovalcev ali oskrbovalcev že dolgo zmanjkuje povsod zlasti v Uniji. Samo za Nemčijo so ocenili, da jih potrebujejo 300.000, za EU pa je ocena okrog 500.000. Ali vplivajo in bodo vplivale potrebe naših premožnejših starejših gospodinjstev in bo njihova kupna moč vplivale na količino statusa in plačila naših oskrbovalcev v javnem in zasebnem sektorju lahko sklepamo. Vlada je 13. 1. 2022 sprejela predlog »Resolucije o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje od 2021 do 2030«. 59 strani gradiva je poslanega v razpravo v Državni zbor. Napovedan je akcijski program, dobro bi bilo sodelovati, raziskati in analizirati ter razumeti pojav in zavzeti ustrezna stališča. Mogoče bo nalogo, spremljati ta pojav, sprejel Inštitut RS za socialno varstvo ali pa kaka druga javna raziskovalna enota.

*Tomaž Banovec*

# Moderne socialne države ni brez dolgotrajne oskrbe

Po odnosu družbe do starejših bomo vedeli, v kakšni družbi živimo.

**Sodobne evropske družbe se soočajo z vrsto demografskih izzivov. Eden izmed njih je tudi staranje prebivalstva. Zato sta Evropska komisija in Evropski parlament na tem področju sprejela vrsto pomembnih dokumentov, ki izpostavljajo pomen in vlogo zagotavljanja dostojne starosti. Pravna in zakonska ureditev tega področja je lahko bolj ali manj celovita. Slovenska, žal, ne ureja ključnih vprašanj vezanih na financiranje in obseg pravic. To je, če odmislimo seveda povsem politične vzroke in manipulacije aktualne vlade, posledica tega, da slovenska, pa tudi mnoge evropske države in družbe niso še povsem ponotranjile, da je skrb za starostnike skozi mehanizem dolgotrajne oskrbe nujni sestavni del moderne socialne države.**

Moderna socialna država, ki jo imamo zapisano tudi v naši ustavi, temelji na ideji, da država posamezniku zagotavlja dostojno življenje od otroštva preko vstopa na trg dela do upokojitve ter zrele starosti. Menim, da mora celovita dolgotrajna oskrba v prvi vrsti temeljiti na deinstitucionalizaciji oskrbe, kar pomeni, da mora vsakemu starejšemu občanu omogočiti, da starost preživi na svojem domu, če mu le zdravje in druge okoliščine to omogočajo. Vzpostaviti moramo sistem strokovnih služb za oskrbo v skupnosti in ponovno vzpostaviti kakovostno, konsistentno in vzdržno terensko socialno delo in varstvo, ki bo blizu ljudem. Mehanizem pomoči na domu je zato eden ključnih v tej ureditvi. Okrepiti moramo že obstoječe sisteme in jih ustrezno nadgraditi z vzpostavitvijo novih storitev v skupnosti ter zagotoviti ljudem z ovirami, da iz skupnosti ne bodo izključeni. Pri tem moramo v največji možni

meri uporabiti obstoječe zmogljivosti javne infrastrukture (npr. oskrba s hrano preko kuhinj v naših vrtcih in šolah). Omogočiti je potrebno dnevno in nočno varstvo ter drugo servisno ponudbo za uporabnike, usposobiti je potrebno družinske člane za pomoč in nego svojih starejših, okrepiti sosedsko in prostovoljno pomoč, prav tako omogočiti zdravniške in patronažne obravnave na domu, usposobiti starejše z rabo komunikacijske tehnologije, vzpostaviti učinkovitejši sistem paliativne oskrbe. Pomemben vidik je tudi zagotoviti t. i. socialno aktivnost in vključenost starostnikov. Zato je v tem okviru nujno razmišljati tudi o medgeneracijskih centrih zlasti v strnjelih okoljih ter zagotavljati ustrezno raven kakovosti storitev vključevanja tudi v neurbaniziranih delih države. To pa seveda pomeni, da dolgotrajna oskrba, vključno z domovi za starejše občane, ne sme postati dobičkonosna dejavnost. V ospredju mora biti javni interes zagotavljanja kakovostnih in cenovno dostopnih storitev ne glede na socialni ali zdravstveni položaj upravičenca. To pa lahko zagotovimo samo, če je dolgotrajna oskrba javna storitev. K tej rešitvi nas usmerjajo tudi izkušnje s koncesijami v DSO-jih, kjer se je že izpostavilo vprašanje njihove finančne dostopnosti za povprečnega uporabnika storitev. Zato je opredelitev stabilnega in trajnega vira financiranja, to česar sedanji zakon ne ureja, ključnega pomena. Sam sem naklonjen delitvi bremena med posameznikom in družbo, pri čemer del odgovornosti prevzema nase vsak izmed nas, hkrati pa država skozi mehanizem solidarnosti pomaga tistim, ki kljub lastnemu prispevku tega bremena ne zmorejo.

Dolgotrajna oskrba mora zagotoviti, da bo starost vsakega izmed nas dostojna in da ne bo nihče izmed nas zaradi starosti



odrinjen na družbeni rob. Pomembno je, da dolgotrajna oskrba ne poskrbi samo za nabor pravic posameznika, ki to potrebuje. V enaki meri mora zagotoviti, da se bo vsak izmed nas – še posebej tisti, ki so starejši in so ostali sami, ali so v oskrbi v domovih za starejše – počutil in dejansko bil del naše družbe. Da se nihče ne bo počutil osamljenega ali odrinjenega na rob družbe. Zato želim poudariti, da dolgotrajna oskrba naj ne bo samo zagotavljanje materialnih pogojev za varno starost, saj to glede na rast bogastva družbe ne bi smel biti problem. Dolgotrajna oskrba ne sme biti samo preživetje temveč in predvsem polno življenje. Vključevati mora tudi vse tiste vsebine, ki bodo starost za vse nas naredile navkljub tegobam, ki jih to življenjsko obdobje lahko prinaša, prijetno in vredno življenje. Po odnosu družbe do naših starejših bomo vedeli, v kakšni družbi živimo.

*dr. Klemen Grošelj - Renew Europe - LMŠ*

# Rokodelski izdelki in fotografije članov ZDUS na razstavi na MORS

V ZDUS smo v okviru programa Komisije za tehnično kulturo lani organizirali četrletne natečaje na različne teme s področja rokodelstva in fotografije. Rokodelke in rokodelci so na ogled postavili čudovite izdelke iz volne, različno cvetje iz vseh vrst materialov, dekorativen »nakit« v različnih tehnikah in zelo zanimive pletarske izdelke. Sodelovalo je 155 avtorjev iz 86 Društev upokojencev iz vse Slovenije, na ogled pa so bili v prostorih ZDUS v Ljubljani, na Kebetovi 9.

Prav tako smo spodbudili veliko amaterskih fotografov med našimi člani, da so sodelovali na četrletnih natečajih na teme: **Z ročnimi deli si krajšamo čas, Živ žav na ulici, Utrinki s potepanja v naravi in Bogastvo jeseni**. Sodelovalo je 79 avtorjev iz 63 društev upokojencev s 108 fotografijami, med katerimi smo izbrali tudi po tri najboljše vsakega natečaja.

Del naših izdelkov in fotografij smo 17. januarja razstavili tudi v prostorih Ministrstva za obrambo in sicer: **dekorativen nakit – 37 izdelkov 33 avtoric iz 24 društev upokojencev in izbrane fotografije z najboljšimi devetimi iz treh natečajev – 39 fotografij 23 fotografov iz 19 društev upokojencev iz vse Slovenije**. Otvoritev razstave si je ogledal tudi minister za obrambo Matej Tonin, s strani ZDUS pa predsednik, Janez Sušnik, podpredsednica Vera Pečnik, predsednik KTT Branko Suhadolnik in člani KTT. Predsednik Sušnik je najprej pozdravil vse navzoče in se zahvalil ministru Toninu za podporo pri organizaciji razstave,



Razstavljeni izdelki v velikem atriju MORS.

nato pa mu predal besedo. »Presenečen sem nad profesionalnostjo tako fotografij kot tudi razstavljenih izdelkov in veseli me, da se lahko tisti upokojenci, ki delujejo **pod okriljem ZDUS, vključujejo v take dejavnosti, kakršne lahko vidimo na tej razstavi ...**« Predsednik KTT Branko Suhadolnik je nato predstavil delo komisije in zbrane popeljal skozi razstavo. Dogovorjeni pa smo, da bomo v letošnjem letu postavili še razstave rokodelskih pletarskih izdelkov in najbolj zanimive pirhe ter izbrane fotografije iz natečajev, razpisanih za letošnje leto.

Branko Suhadolnik, foto ČK

## 3. rokodelska razstava PZDU S. Primorske

V Opatjem selu se je zbralo 10 rokodelskih sekcij iz DU Trnovo Lokve, Renč, Šempetra, Vrtojbe, Kanala, Deskel Anhovo, Dobrovo, Ajdovščine, Društvo žena Žbrinca iz Opatjega sela in Kostanjevice na Krasu, ki je bil letos gostitelj razstave. Razstava enkrat letno gostuje na različnih koncih Primorske.

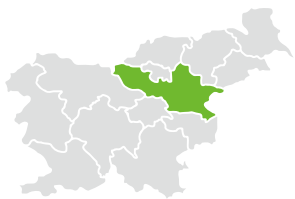
Pokrovitelj severno Primorska PZDU s predsednikom Zlatkom Martinom Marušičem in koordinatorko Nevenko Vidmar sta povabila rokodelce, da pokažejo delo svojih pridnih rok. Razstava je bila od 10. 9. do 12. 9. 2021 v prostorih Krajevne skupnosti Opatje selo. Otvoritev je potekala v okvirih upoštevanja ukrepov za preprečevanje epidemije. **Zlatko Martin Marušič** je v uvodu nekaj besed namenil pomenu rokodelstva in ohranjanju kulturne dediščine. Srečanje rokodelcev je bilo prisrčno, kajti ta nori čas ni ustavil ustvarjanja v varnem zavetju domov. Izdelkov je veliko in pokazali so le delček tega, kar hranijo doma. Otvoritev so mladi domačini popestrili z glasbenimi vložki. Kot zanimivost je bila prikazana izumirajoča stara obrt, ki je bila značilna za Opatje selo, biči - po domače škarabaci. Prav ti biči so poleg kmetijstva, sodarstva, kamnoseštva in reje sviloprejk domačinom nudili zaslužek, saj so jih pred 1. svetovno vojno prodajali po celotni takratni Avstriji. Izdelovali so jih iz avtohtonega drevesa kropnice – koprivovca. Razstavljene so bile tudi žbrince, ki so jih uporabljali za prenašanje tovara na glavi. Izdeluje jih Pavel Frančeškin, ki je prikazal izdelavo butarc iz sivke. Ogled razstavljenih izdelkov je pokazal vztrajnost, inovativnost in ljubezen, ki je vložena v vsak

predmet, pa naj gre za čipko, košaro, prtiček, vizitko, torbico, nakit, sliko ... Vse prisotne je pozdravil in pohvalil predsednik za Tehnično kulturo Zveze društev upokojencev Slovenije **Branko Suhadolnik** in povedal: »V Sloveniji je preko 3000 rokodelk in rokodelcev, ki delujejo v 180 rokodelskih sekcijah, vključenih v 500 društev upokojencev. V veselje mi je, da se kulturna dediščina ohranja in da se po celi Sloveniji vrstijo razstave, ki kažejo na bogato izročilo naših prednikov. Namen rokodelstva je druženje, predvsem pa je pomembno prenašati znanje na vrstnike. Prebuditi in vzpodbuditi pa je potrebno mladi rod.« Zaključil je z mislijo, da se je človeštvo prav z rokodelstvom ohranjalo in razvijalo.

Besedilo in foto, Nevenka Vidmar



Prikaz izdelave biča



## CELJSKA

## Kostrivničani na ogledu živih jaslic

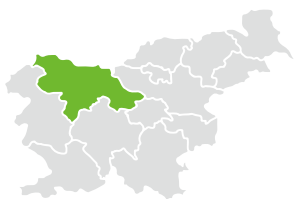
V božično-novoletnem času si je 79 upokojencev Društva upokojencev Kostrivnica ogledalo žive jaslice v Postojnski jami, še prej pa so si ogledali Predjamski grad. Sledil je ogled prečudovitih likov živih jaslic v sami jami. Po ogledu so se v popoldanskih urah zbrali v Hotelu Jama na bogatem kosilu.



Ogled živih jaslic.

»Celo leto sem mojim upokojencem obljubljala, da si bomo šli ogledat žive jaslice v Postojnsko jamo. Pridružili so se tudi otroci in vnuki naših članic, tako je naš izlet bil še medgeneracijsko obarvan. Zahvaljujem se vsem sponzorjem in donatorjem, ki so nam omogočili, da je bil naš izlet nepozaben. Iskrena hvala Mileni Jagodič za vso pomoč«, se zahvaljuje Marija Čakš, predsednica DU Kostrivnica in želi vsem zdravo in veselo novo leto 2022. Izlet je bil organiziran v skladu z določili NIJZ in ukrepi Vlade RS.

*Besedilo in foto, Milenka Blažević*



## GORENJSKA

## PZDU Gorenjska podelila priznanja zaslužnim članom

»Začel se je december, zadnji mesec v letu, čas dobrih želja in skritih upov. Čas radosti in veselja ter dnevi hrepenenja po lepšem in prijaznejšem jutri. Že drugo leto zapored so se v praznično čarobnost prikradle sence. Ulice so osvetljene, po mestih in vaseh se bleščijo božično-novoletna drevesa, pa vendar ni tako kot pred korono. Tudi v društvih upokojencev ne, niti na pokrajinski zvezi ali na ZDUS. Živimo v posebnem obdobju, v katerem se srečujemo s številnimi prepovedmi in omejitvami, se vsak po svoje soočamo s strahovi in spoznavamo, kako negotov je naš svet, kako zelo drži, da so spremembe edina stalnica v življenju, ob katerih moramo ohraniti optimizem in dobro voljo, da ostanemo zdravi.«



Robert Plavčak, Zdravko Malnar in Janez Sušnik.

S takšnim uvodom se je začela slovesnost ob podelitvi najbolj prizadevnim članom PZDU Gorenjske. Korona nam življenja oblikuje po svoje in tako je žal vplivala tudi na naš program. Pripravljali smo se na tradicionalni Dan PZDU Gorenjske, in to 10. decembra, tokrat v Kranju. Nanj smo povabili tudi ministra za zdravje Janeza Poklukarja, s katerim smo se želeli pogovoriti o aktualnih vprašanjih v zvezi z zdravjem in našim zdravstvenim sistemom. V osrednjem delu prireditve pa bi podelili priznanja zaslužnim članom in članicam gorenjskih društev upokojencev, ki so jih predlagala matična društva. Srečanja z ministrom žal nismo mogli izvesti, lahko pa smo (po pravilih NIJZ) podelili priznanja s kratkim kulturnim programom. Na prireditvi smo lahko povabili samo nagrajene člane in članice, predsednike in predsednice društev, iz katerih izhajajo, ter organizatorje kulturnih dogodkov in predstavnike društev, ki so bila najboljša na pokrajinskih športnih igrah v letu 2021.

Pisna priznanja PZDU Gorenjske je podelil predsednik Robert Plavčak **Heleni Kralj** iz Lesc, **Ani Štucin** in **Karlu Štucinu** iz Tržiča, **Avgusti Pavlič** iz Podnarta, **Karlu Matušu** iz Komende, **Angeli Moravec**, **Emilu Milanu Kuferšinu**, **Milici Erčulj**, **Veroniki Kuhar**, **Feliks Tavčarju** in **Neži Andrejaš** iz Trzina, **Majdi Zupančič** in **Dragici Zajec** iz Motnika, **Bogomili Krnc** iz Kroke, **Rudiju Šmitu**, **Metki Rutar Piber** in **Bredi Jamar** z Bleda ter **Vinku Janežiču** iz Cerkelj.

Plaketo PZDU sta dobila **Zdravko Malnar** za uspešno vodenje PZDU Gorenjske ter **Edo Kavčič** za dolgoletno uspešno vodenje projekta Starejši za starejše.

Predsednik ZDUS-a Janez Sušnik je podelil ZDUS-ovo plaketo **Zdravku Malnarju**, za njegov doprinos k prepoznavnosti pokrajine v času njegovega vodenja. Predsednica Komisije za kulturo in tehnično kulturo Dragica Veskovič je podelila zahvale za dobro organizacijo regijskih kulturnih dogodkov, ki so jih dobili DU **Bohinjska Bistrica** za revijo gorenjskih pevskega zborov, **Žerjavčki Trzin** za literarno srečanje gorenjskih avtorjev in avtoric ter DU **Bled** za razstavo ročnih del gorenjskih društev upokojencev.

Predsednik Komisije za šport, rekreacijo in gibalno kulturo Ivo Veger je podelil priznanja trem društvom, ki so bila po rezultatih in udeležbi najboljša v pokrajinskih športnih igrah: DU **Javornik-Koroška Bela**, DU **Komenda** in DU **Kamnik**.

Prisotni so uživali ob nastopu poklicne glasbenice Milly Bogovič, ki je s harmoniko popestrila program. Vsem skupaj je ob koncu druženja predsednik PZDU Gorenjske Robert Plavčak zaželel srečno, zdravo in uspešno prihajajoče leto 2022.

*Dragica Veskovič in Slavica Bučan, foto Ferdo Kikelj*

## Prostovoljci iz Cerkelj in Šenčurja so se povесelili Pod Jenkovo Lipo

**Prostovoljci v programu Starejši za starejše, ki ga na zvezni ravni vodi Rožca Šonc, koordinator za Gorenjsko pa je Edvard Kavčič, so se v minulem obdobju enkrat letno zbrali na skupnem srečanju, na katerem so si izmenjali izkušnje in se povесelili. Glede na varnostne ukrepe, ki še vedno omejujejo druženje, so se gorenjski prostovoljci, ki jih v programu deluje okoli 300, letos zbrali v manjših skupinah. 6. oktobra so se tako v Cerkljah zbrali prostovoljke in prostovoljci Programa starejši za starejše iz društev upokojencev Šenčur in Cerklje.**



*Srečanje prostovoljcev DU Cerklje in Šenčur.*

Kot je v poročilu zapisala organizatorica srečanja, sicer pa koordinatorka programa v DU Cerklje, Lojzka Škerjanec, ki je udeležence tudi sprejela in jih seznanila z namenom srečanja, se jih je v Piceriji pod Jenkovo lipo zbralo 35. Za njo jih je pozdravil še predsednik DU Šenčur Ciril Sitar, Branka Kuhar iz DU Šenčur pa je prebrala prijazno pismo Edvarda Kavčiča, ki se srečanja ni mogel udeležiti. V njem jim je med drugim čestital za opravljeno delo in pomoč, ki so jo v kakršni koli obliki nudili tistim, ki so jo potrebovali. »Program Starejši za starejše,« kot je zapisal »pokriva doberšen del Slovenije, kjer starejši občani vedno lahko računajo na pomoč društvenega prostovoljca in to je tisto, kar smo s programom želeli doseči. Noben občan ne sme ostati spregledan! To je naš moto in zato je vaše delovanje še kako pomembno tudi v teh zahtevnih časih. To nas dela prepoznavne tudi med organizacijami socialne dejavnosti, še posebno pa smo dobrodošli v lastni občini, kjer s svojo skrbnostjo in pomočjo prevzemamo skrb za starejšo generacijo.« Zbranim prostovoljkam in prostovoljcem je zaželel še, da ostanejo zdravi in še naprej uspešno delujejo pri prostovoljnem delu.

Po uradnem delu je sledilo druženje ob prijetnem klepetu in petju. Seveda so si privoščili tudi zaslužen malico, za smeh in dobro voljo pa sta dodatno poskrbeli še Anica in Francka, članici DU Cerklje, ki sta pripravili polurni skeč, nato pa skupaj z udeleženci srečanja še prepevali stare slovenske pesmi. Druženje je bilo nadvse prijetno in je ob petju in smehu čisto prehitro minilo.

*Slavica Bučan, foto Franci Erzin*

## Teden pisanja z roko 2022

V DU Jesenice se zavedamo, da pisanje z roko ohranja fino motorično spretnost, uri delovanje možganov in izboljšuje pozornost na vsebino tako pri starejših kot pri mladih. Že nekaj let naši člani sodelujejo pri tovrstnih akcijah Ljudske univerze Jesenice. V leto-

šnjem letu smo se 18. januarja 2022 pridružili delavnici o kitajskih pismenkah, ki jo je vodila diplomirana sinologinja, Ana Hering. Pismenke so specifična pisava, logogram. Vsaka pismenka opisuje nek predmet ali pomen. S tem so Kitajci premostili težavo med različnimi jeziki. Pismenka ima isti pomen v različnih jezikih, podobno kot zapis arabskih števil. Najstarejše kitajske pismenke izvirajo iz obdobja okoli 3000 let pred našim štetjem. Sprva so prikazovale, simbolično, vsakdanje predmete iz človekovega okolja. Vendar smo kljub temu imeli težave pri njihovem prebiranju (uganjevanju njihovega pomena). Kdo bi si mislil, da krog s črtico v sredini pomeni sonce, pismenka podobna naši črki D pa luno. S časom se je število pismenk povečevalo in spreminjala se je njihova oblika. Danes naj bi jih bilo vseh okoli 80.000. Izobražen Kitajec jih pozna okoli 10.000 in se jih uči vsa leta izobraževanja. Mi smo spoznali na delavnici približno 20 preprostih pismenk. Delavnica je bila tako zanimiva, da sem po njej še tri dni proučeval kitajsko pisavo in prebiral več tisočletno zgodovino same Kitajske. Še to, pismenke se pišejo s čopičem in ne s peresnikom ali svinčnikom. Pomembno je celo v katero smer vlečeš črte pri zapisovanju pismenk.

*Stane Arh*



**LJUBLJANA  
Z OKOLICO**

## DU Polhov Gradec obhajalo 40. letnico

**Zadnji februarski dan pred dvema letoma se je v gostišču Pograjski dom v Polhovem Gradcu zbralo zelo lepo število (130) članic in članov društva upokojencev Polhov Gradec na rednem letnem občnem zboru, najboljšem doslej! Saj smo praznovali tudi jubilejni občni zbor, 40. po vrsti.**

Predsednica DU Cecilija Jarc je pozdravila navzoče, še posebej pa Franca Setnikarja, župana Občine Dobrova – Polhov Gradec, Janeza Sušnika, predsednika ZDUS, Staneta Hribarja in Toneta Slaka, predsednika in podpredsednika OZDU Lj. Vič-Rudnik, Marjana Sedmaka, predsednika MZU Ljubljana, Cecilijo Lombard, tajnico MZDU OPZDU, ter Ilinko Kucler Tončko Bogataj, Janka Završnika in predsednike okoliških društev upokojencev.



*Jubilejni Občni zbor - župan Občine Dobrova-Polhov Gradec in predsednica DU.*

Otvoritvenemu nagovoru predsednice DU Cecilije Jarc so sledile pevke pevskega zbora Danica – TD Briše, pod taktirko Olge Ulokina in s tremi pesmimi približale pravo pomladno vzdušje. Sledila je recitacija Milene Pustovrh, pesem *Obletnica, obletnice*, ki jo je spesnil neumorni in vedno aktivni upokojenec Milan Košir. (Žal se je od nas za vedno poslovil v mesecu marcu 2020). Kulturni uvod sta zaključila medgeneracijski duo Pavle na kitari in Kristijan na harmoniki. Ponarodelo Slakovo vižo **V dolini tihi** so navzoči navdušeno sprejeli in se jima pridružili s petjem. Predsednik delovnega predsedstva Janez Novak je podal vsebine in napovedal vsa obvezna poročila komisij in sekcij; o opravljenem delu za leto 2019, plan dela za leto 2020 ter za kulturo je poročala Cecilija Jarc, komisije za socialna vprašanja Jože Bizjan, o športu, telovadbi, pohodništvu Janez Novak in izletih Lado Nartnik. Finančno poročilo je podala blagajničarka Milena Pustovrh, nadzorni odbor pa ni imel pripomb je poročala Andrejka Novak. Poročilo ČR je podal Janko Završnik. Sledila je podelitev priznanj za požrtvovalno delo v društvu. Priznanje Častni član v društvu so prejeli: Andrej Kralj, Cecilija Jarc, Nada Strajnar, Tončka Bogataj in Milan Košir. Sledile so pozdravne besede gostov, ki so pohvalili delo društva in čestitali ob 40. obletnici dela. Župan, Franci Setnikar pa je svoje pohvale nadgradil tudi s **Priznanjem občine**. Predsednik ZDUS Janez Sušnik je ob svojem pozdravu in čestitkah prisotne seznanil z zadnjimi spremembami in pogovori z vlado glede gmotnega položaja upokojencev. Članice in člani so se mu zahvalili z močnim aplavzom. ZDUS pa nam je podelila še **Malo plaketo ZDUS za 40 let delovanja**.

Marjan Sedmak, predsednik MZU Ljubljana je poleg besed zahvale in čestitk ob jubileju podelil DU Polhov Gradec **Jubilejno listino ob 40-letnici** uspešnega dela. Podelil je še štiri priznanja zaslužnim članom. Ceciliji Jarc, Mileni Pustovrh, Janezu Novaku in Ladu Nartniku.

Predsednica se je zahvalila članicam in članom UO, poverjenicam in poverjenikom za zaupanje in požrtvovalno delo. Županu in Občini za strokovno in finančno pomoč, KS Polhov Gradec in Javnemu zavodu Polhograjska graščina. Zahvalila se je tudi krajevnim podjetnikom za pomoč pri izdaji zbornika: Frizerstvu Mis, podjetju Fira in podjetju Dirs. Ob zaključku občnega zbora je predsednica zbornik tudi predstavila, v njem pa so v besedi in sliki predstavili prehojeno pot. Ob prijetnem druženju so vsi veselo zapeli ob zvokih harmonike in kitare ter tudi zaplesali. Še polno lepih in toplih prazničnih vtisov nas je kot strela z jasnega presenetila izredna zdravstvena kriza Covid-19. Razglašena je bila epidemija. Delo v društvu smo prilagodili razmeram in se potrudili po svoji najboljših močeh, da smo bili z našimi članicami in člani v stikih in jim nudili pomoč, ki so jo najbolj potrebovali.

Bodite dobro, pozitivni, predvsem pa zdravi! Čuvajte se!

*Besedilo in foto, Cecilija Jarc*

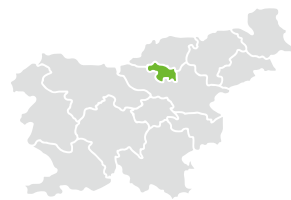
## Prevozi za starejše v območju UKC Lj

Na širšem območju Univerzitetnega kliničnega centra v Ljubljani se od poletja dalje lahko starejši in težko pokretni brezplačno poslužujejo prevoza z električnim vozilom Klinko - kavalir. V zadnjih letih je opazen trend staranja prebivalstva, zato so v vodstvu Mestne občine Ljubljana skupaj z Javnim podjetjem Ljubljanski potniški promet prav za potrebe bolnih, invalidnih in gibalno oviranih oseb pristopili k evropskemu projektu TRIBUTE, ki se osredotoča na probleme staranja družbe.

V praksi to pomeni lažji dostop do bolnišnic, ambulant in sploh vseh dejavnosti širšega območja Onkološkega inštituta ter vseh bolnic v sklopu Kliničnega centra. Vozniki Klinko Kavalirja z veseljem pomagajo starejšim tudi z raznimi informacijami kot tudi pri vstopu ali izstopu iz vozila. Delovni čas je vse delovne dni od 6.30 do 19.30; ob sobotah, nedeljah in praznikih pa ne obratuje. Zelo prijazno in uporabno je predvsem tistim, ki Ljubljane dobro ne poznajo, se težje znajdejo v širokem območju bolnišnic in ambulant, ki so v Ljubljano prispeli bodisi z javnim prevozom na avtobusno ali železniško postajo, morda s svojim vozilom do parkirišč na vpadnicah v mesto P+R, pa potem z avtobusom do Kliničnega centra, morda tudi s taksijem. Potem morajo samo poklicati na 041 504 400 in se dogovoriti, kam želijo, da se jih zapele. Klinko kavalir ima 23 postajališč. Podatki kažejo, da se je v preteklih mesecih povprečno 1000 oseb na mesec posluževalo prevoza. V najbolj obiskanih dneh pa včasih tudi do 90 na dan.

V Ljubljani bo vedno težje najti parkirno mesto, ali se voziti z lastnim vozilom po centru prestolnice pa tudi do omenjenih bolnišnic in ambulant. Zelena prestolnica želi biti še bolj zelena in obdržati laskavo priznanje zelene prestolnice Evrope. Ker trend staranja in povečanja števila prebivalcev Ljubljane in okolice kar strmo narašča, je takšen brezplačni servis prevozov več kot dobrodošel in vreden vse pohvale.

*Aleš Kardelj*



## ŠALEŠKA

### Leto 2021 za DU Šoštanj posebno, a uspešno

**Kot smo izvedeli od tajnice Marice Kovač ter predsednika Janka Zelcerja ob posameznih aktivnostih ter poročilu, ki je namenjeno članstvu na Zboru članov, pa je bilo potrebno vložiti še več skrbnosti ter previdnostnih odločitev, da so uresnili programe, ki jih je bilo mogoče izpeljati brez večjega tveganja za okužbe korona virusa.**

V lanske zimski sezoni so urejali prostore društva, uredili arhiv, na skupščini pa sprejeli nov statut društva. Poleg poročil o delovanju društva za leto 2019 in 2020 (v letu 2019 skupščine zaradi znanih razmer niso izvedli) so sprejeli še plan dela za leto 2021.

Udeležili so se vseh razpisanih tekmovanj v Pokrajinskih športnih igrah in bili precej uspešni. **Petkrat so bili uspešni kot gostitelji tekmovanj prve štajerske lige v balinanju.**

Skozi leto so bile aktivne tri skupine pohodnikov, ki so opravile 32 (!) pohodov po okoliških krajih ter vzponov na vrhove okrog domače občine. Organizirali so tudi štiri izlete, ki se jih članstvo vedno razveseli. V juniju izlet v Posavje in kopalni izlet v Izolo. Pododbor upokojencev Gaberke je izvedel izlet v Ribnico na Dolenjskem, pododbor Skorno-Florjan-Lepa Njiva pa izlet na Roglo. V začetku poletja, 8. julija, so pospre-



*Tajnica Marica Kovač iz DU Šoštanj je vzorna pomočnica predse ...*



V DU Šoštanj je včlanjenih 800 in več članov, veliko od teh je ...

mili poročne jubilate okroglih obletnic od 50 navzgor, zlate in diamantne poročne pare na slovesno srečanje, simbolično »jubilejno poroko« in kosilo v Vinsko Goro. 25. avgusta so priredili že tradicionalno srečanje članov pod kozolcem Kulturnice v Gaberkah, ki se ga je udeležilo preko 300 članic in članov. Od 2. do 9. oktobra je v Hotelu Delfin v Izoli letovalo 66 članov, kar je pomembna tradicija že vrsto let. Na področju kulture so članice in člani Mešanega pevskega zbora čakali sprostivne ukrepov, da bi se ponovno brezskrbno sestajali na vajah in prepevali na prireditvah v Občini Šoštanj in širše. Žal jim je zaradi ukrepov uspelo le nekaj javnih vaj in nastopov na prostem. So pa v času, ko je bilo to dovoljeno, izvedli intenzivne vaje in večerni koncert v Termah Dobrna. Tudi članice sekcije ročnih del so svoje aktivnosti prilagajale sprotnim razmeram, zato je odpadlo njihovo druženje in ustvarjanje v notranjih prostorih, 25. septembra pa so sodelovale z razstavo ročnih del na prireditvi 3. dnevv medgeneracijskega sožitja v Velenju. V programu Starejši za starejše je bilo aktivnih 13 prostovoljcev. Običajni obiski starejših, ki živijo v domačem okolju in po domovih za starejše, so bili večino leta prepovedani. Zato so z mnogimi med njimi poklepetali preko telefona, česar so bili v teh časih, ko je osamljenosti starejših še prav posebej izražena, zelo veseli. Najzaslužnejšim članom društva so za dolgoletno delo v društvu ter za izredna opravljena dela podelili plakete DU Šoštanj. Podelili pa so tudi najvišje priznanje, naziv Častni član društva, in sicer nekdanjemu predsedniku društva **Leopoldu Kušarju** in dolgoletnemu tajniku **Stanetu Mazeju**. **Jelka Kušar**, ki že preko štirideset let dela na področju prostovoljstva, šestnajst let je tudi koordinatorka projekta SzS, je v letu 2021 za svoje prostovoljstvo prejela občinsko priznanje, podeljeno ob prazniku Občine Šoštanj, o čemer pa smo že poročali.

*Besedilo in foto, Jože Miklavc*

## 130 let savinjske železnice: od Celja do Velenja

Ob koncu 19. stoletja je bila gradnja železniških prog glavni pogoj za dober in uspešen razvoj industrije in trgovine, za dvig gospodarstva, narodne zavesti in odpravo naraščajoče revščine. Železnica je povezovala kraje, v katerih je že bila uveljavljena industrija in imela pomembno gospodarsko funkcijo. Gospodarski razlogi za izgradnjo in rentabilnost železniške proge (Celje – Velenje), dolge 48 kilometrov, so temeljili na delovanju rudnika lignita v Velenju, premogovnika in kamnoloma južno od Žalca, gozdnem bogastvu zahodnega Pohorja, ter razvoju kmetijstva in obrti. Lokomotiva je igrala pomembno vlogo tudi pri razvoju turizma in

družabnega življenja. Ob dejstvu, da so v Velenju iz šestdesetih v sedemdeseta leta prejšnjega stoletja po usklajenem sklepu tedanje državne oblasti in Jugoslovanske železnice progo ukinile, ni več velikih razprav o eni najneumnejših odločitev v tem koncu Slovenije.

### Slepa politika kriva tudi za nepovezanost med regijami

Ob izgradnji hitre ceste tretje razvojne osi med Šentrupertom in Dravogradom se znova obuja podpora za nujno cestno povezavo med Ljubljano do Savinjske doline skozi Velenje in naprej, v Avstrijo. Kljub cesti, ki bo povezala Koroško in osrčje Slovenije, ostaja nostalgija po 130 let stari železniški povezavi vsaj do energetskega središča v Šaleški dolini. Še bolj izrazita je po razgrajeni ozkotirni progi, ki jo je »vrag vzel« prav zaradi tehnične neprilagojenosti času in profilu ostalih prog. Mnogi ljudje ob nekdanji trasi pomnijo, da je ozkotirna železnica skozi Hudo Luknjo med Velenjem in Mislino in Slovenj Gradcem predstavljala potencial za razširitev, a se menda ni dalo čakati na čas, ko bi bila za to volja in denar. Šaleška dolina je ostala odrezana od »sveta« za nekaj desetletij.

### Zaključek Evropskega leta železnice 2021

Ob praznovanju 130. obletnice proge, tik pred novim letom, ko je prvič pripeljala parna lokomotiva iz Celja preko Šmartnega ob Paki, Šoštanja do Velenja, so se po mnogih desetletjih izkazali vsi lokalni oblastniki v povezavi s Slovenskimi železnicami ter Ministrstvom za infrastrukturo na čelu. Osrednji dogodek je bila vožnja novega potniškega vlaka Stadler na tej relaciji in s postankom v Šmartnem ob Paki, kjer je bila osrednja slovesnost. Jubilej je obeležila slavnostna vožnja z najsodobnejšim vlakom Slovenskih železnic po trasi proge, ki še danes, po 130. letih redno obratuje in služi premogovništvu, energetiki ter ostalemu gospodarstvu in potniškemu prometu v Šaleško Savinjski regiji. Na žalost je bila pol stoletja železniška infrastruktura zelo zapostavljena, posodabljanja ni bilo, investiranja tudi ne. Vlaki, ki še danes vozijo na tej progi, so stari v povprečju skoraj 50 let. Zdaj so napovedi obetavne tudi ob posodabljanju prehodov in priključkov cest, že v tem letu pa napovedujejo postopno dobavo kar 52 kompozicij »švicarskega Stadlerja« v Slovenijo, gotovo tudi na območje SŽ Celje. Prireditve so konec decembra z uvodno slovesnostjo obeležili na železniški postaji v Celju, kjer so na vlak po Savinjski dolini ter do končnega cilja v Velenju, vstopili celjski župan **Bojan Šrot** ter županje in župani občin ob progi regije ter nekateri drugi gostje. Jubilejne vožnje so se udeležili tudi državna sekretarka na Ministrstvu za gospodarski razvoj in tehnologijo **mag. Polona Rifelj**, predstavniki Slovenskih železnic, državni svetnik **Franjo Naročnik** in drugi gostje. Med njimi tudi **Janko Kopušar**, župan go-



Na sodobnem vlaku so se drenjali tudi upokoјenci iz Šmartna.

stitalske občine Šmartno ob Paki, ki je poskrbel, da je dogodek potekal v slogu pomembne kulturne dediščine in dostojnega spomina na dolgo obdobje železne ceste. Dogodek je kar klical po izdaji zbornika o železnici skozi stoletje ter ljudi živečih ob progi. Tega so izdali sodelavci Muzeja Velenje ter Občine Šmartno ob Paki (med njimi tudi **prof. dr. Miran Aplinc** ter **dr. Emil Šterbenk**), **Mirjam Povh**, **Janko Kopušar**, **Tomaž Potočnik** in nekateri upokojeanci DUŠP ter drugi navdušenci iz Šmartna. Ti so sodelovali tudi pri pripravi razstave »**56 tisoč pragov dolge lestve**« na postaji v Šmartnem ter izvedbe celotne prireditve. Vsi v zanosu izjemnega dogodka in obetov za ohranjanje tradicije, razvoja slovenskih železnic ter krajev ob železniškem omrežju Slovenije.

**Ob krajšem kulturno glasbenem programu so vzdušje popestrili: Tomaž Potočnik kot vlakovni odpravnik, mladi domači glasbeniki, nekdanji delavec na železnici Franc Kačičnik ter Oto Pestner, ki je med drugim pričaral nostalgijo vzdušje s svojo legendarno balado Trideset let. »Okno je pripeto na okna, na vrata vagona ... ko čakam na vlak, ki prihaja, odhaja ... že »130« let!«**

*Besedilo in foto, Jože Miklavc*



## ZASAVSKA

### Praznični december

Tako, že dodobra smo vstopili v čisto novo, nepopisano leto 2022. Corone še nismo pregnali, smo pa še tu in lahko smo zadovoljni z lepim vremenom, ki nas vabi na sprehode. Udeležencem programa Starejši za starejše DU Hrastnik pa pričara tudi spomine na lep praznični december, ki smo ga preživeli z obiski, pogovori, nasmehi in razno raznimi darili naših zvestih donatorjev in neutrudnih srčnih ljudi, ki sodelujejo v akciji Božiček za en dan. Pogovori, planiranje, pakiranje, pisanje voščil in pričakovanje klicev, da lahko dvignemo oz. nakupimo praznične dobrrote in na kup zložimo pisane in lično oblečene pakete so nam lepšali cel december. Veseli in razigrani smo pregledovali sezname, pisali nalepke, zvijali in privezovali voščila, nekatera darila smo spravili v vrečke, dodali prijazne zgodbe, spete v zvezek, ki so nam ga podarili učenci OŠ Hrastnik in v nekatere darilne vrečke s posebno



pozornostjo položili še palčka ali angela, ki jih je izdelala naša dobrosrčna uporabnica Ruža, ki nas je s svojimi izdelki razveselila že drugo leto. Seveda bi radi obdarili vse naše udeležence v programu, a žal ne gre. Bodo pa na vrsti naslednje leto, ko vse to ponovimo.

Ko smo vse razdelili, popisali, pregledali in si nazdravili na lepe praznike, smo srnice in jelenček odhiteli po hrastniški dolini iskati tiste, ki si jih je letos izbral Božiček. Nasmehi, pogledi, solze, lepe besede in želje – vse to smo dali drug drugemu in verjamem, da smo v tistem trenutku drug v drugem prižgali praznično iskrico, ki nas bo grela še dolgo v leto 2022.

*Besedilo in foto, Jerica Laznik*

### Šle smo na lučke, lučke, da zasvetijo se nam učke, učke ...

Ja, tako smo si rekle dekleta, ki sodelujemo in prijateljujemo v programih SzS Zasavja in si izbrale prijetnega šoferja, ki nas je odpeljal proti večernemu Arboretumu v Volčjem potoku. Enega od večerov, tako smo sklenile, smo se odločile nameniti samo nam! Klepetu, sprehodu in veselju v prazničnem parku. A sem že omenila, da smo tudi me malo pravljice, saj nas je sedem in skupaj smo skoraj nepremagljive, tako v idejah kot tudi v izvedbi vsega, kar si zamislimo? Današnji večer pa smo namenile boljše spoznavanju nas, naših želja, prepričanj, družin ... navkljub temu, da smo različnih let in značajev, nam je skupno naše prostovoljstvo, ki je vpeto v naš vsakdan in ga preprosto živimo.



Sprehod po lepo osvetljenem arboretumu je bil krasen in poln pisanih barv, krasnih umetnin, kotičkov z Božičkom, jaslicami, zvonom želja, kuhančkom in nasmejanimi prijatelji.

Naj tudi novo leto 2022 prinese veliko prijetnih druženj, dobrih zamisli in prijaznih dejanj.

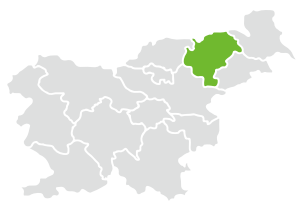
*Jerica Laznik*

### Kuk in "ušesa Istre"

Zadnji daljši pohod v letu 2021 smo imeli Vandrovčki iz DU Zagorje ob Savi po Kraškem robu.

Iz Movraža (214 m) smo se povzpeli na Kuk (498 m), šli po kraškem robu, se spustili v Movraško valo (dolino) skoraj do mejnega prehoda Sočerga. Nato smo se vzpenjali po pobočju Veli Badin do naravnega mosta in spodmolov, imenovanih ušesa Istre. Pohod smo nadaljevali pod naravnim mostom in se povzpeli do vrha Velega Badina (359 m). Šli smo mimo cerkvice sv. Kvirika (408 m), potem pa navzdol do vasi Sočerga (301 m).

*Olga Kos*



## ZGORNJE PODRAVJE

### Zgodba o Metulju

**V začetku devetdesetih let prejšnjega stoletja (in tisočletja), ko se je potreba po medkulturnem učenju že kazala na obzorju, a še zdaleč ni bila tako aktualna kot danes, so se mirovniki, učitelji in otroci štirih držav srečali v Kopru. Poskusili smo najti »jezik« in način, ki bi nam pomagal bolje razumeti drug drugega. V procesu sporazumevanja smo iznašli način, v katerem smo premostili ovire, in ugotovili, da nas razlike lahko tudi bogatijo in povezujejo. Ta eksperiment je zabeležen v drobni knjižici z naslovom *Zgodba za Macija*.**

Sem ter tja sem se tega poskusa z naklonjenostjo spomnil in se vprašal, le kam je udeležence te poletne šole odpeljala pot? Se tudi drugi še spomnijo? Je morda koga to naše prizadevanje celo malce zaznamovalo? Mene, na primer, je življenje pripeljalo nazaj k iskanju medkulturnega razumevanja, saj sem zadnjih pet let na Ministrstvu za kulturo vodil službo, ki pomaga premoščati in krepiti kulturne raznolikosti, saj predstavljajo veliko bogastvo.

In ravno zdaj, ko se od te službe poslavljam, in ko se mi je v rokah med gradivom, ki ga pospravljam za sabo, znova znašla tudi Zgodba za Macija, sem prejel elektronsko pismo Štefanije Krhlanko, ki je bila pred petindvajsetimi leti z nami v Kopru. Njena prošnja, naj napišem nekaj uvodnih besed h knjigi Zgodba o Metulju, me je iskreno razveselila. Kaže, da nisem edini, ki se še spominjam Macija. Še več: Maci se je v eni izmed metamorfoz razcvetel v Metulja! Nežni poskusi medsebojnega razumevanja očitno živijo dalje. Bivajo izven teoretskih in pedagoških razprav in se prilagajajo svetu, ki se spreminja. Bivajo tam, kjer jih ljudje najbolj rabimo, v neposrednih medsebojnih odnosih. To ne pomeni izven institucij. Nasprotno, ravno ti subtilni poskusi »prevajanja« in povezovanja osebnih izkušenj vdihujejo organiziranim oblikam druženj človeško dimenzijo. Zgodba o Metulju nam poleg vseh posameznih zgodb pripoveduje tudi o občutljivosti, ki je zaznala, kje je danes tako zelo potrebna – v odnosih med generacijami. Zgodba o Metulju je še en svetlikajoči se kristalček, ki odseva človeško dobroto.

*Dr. Sašo Gazdlić, Vodja službe za kulturne raznolikosti in človekove pravice na Ministrstvu za kulturo*

### Jaz in Metulj

Minilo je deset let, odkar sem v službi – Center za socialno delo Slovenska Bistrica – prevzela vodenje Centra za starejše Metulj. Takrat je deloval že nekaj mesecev in vse je bilo še v povojih in iskanju programa. Pred mnogimi leti sem se kot mlada socialna delavka udeležila medgeneracijskega tabora nekje na Pohorju. Tri

dni smo preživele skupaj tri generacije: mladi, zaposleni in upokojenci. Jaz sem bila srednja generacija, nekakšna vez med mladimi in starejšimi. Bilo je tako lepo, da me še danes preplavijo topli občutki, ko se spomnim na tiste tri dni. Prihajajo obrazi, dogodki, besede ... Čeprav je bilo naše druženje, bi lahko rekla, umetno in s programom, pa je bilo daleč od tega. Tako sem ob pričetku dela v Metulju skušala izhajati iz te izkušnje in drugih, ki so se mi nabirale pri delu na »sociali« in v mojem življenju. Imam srečo, da sem po naravi optimistka, da se hitri znajden v vseh situacijah, da ne kompliciram, da mi ničesar ni težko narediti, če ima stvar neki smisel in je potrebna, in da imam rada ljudi in njihovo različnost. To vse je bilo takrat potrebno.

Tako smo najprej z Marijo in potem s Petro pričele oblikovati program tega Metulja. Ne morem mimo tega, da ne bi omenila naših prostorov. Če ne bi imeli tako čudovitih prostorov, bi verjetno bilo veliko težje. Veliko težje bi lahko pričeli z izvajanjem takšnih dejavnosti, kot smo jih takrat in se v veliki večini izvajajo še danes. Takrat nas je bilo deset, petnajst, trideset, petdeset ... danes pa nas je veliko. Takrat smo začutili, da je to druženje v Metulju nekaj posebnega in tako čutimo tudi danes. Meni je v zadnjih štirih letih zaposlitve nudilo toliko lepih doživetij z ljudmi, da sem ob upokojitvi kar ostala in si »prijorila« svojo tedensko obveznost.

Vse, kar se odvija v Metulju, mi je način življenja in mnogokrat dam prednost le-temu.

Veliko lepih doživetij, ki se mi jih dogodi danes, se mi dogodi z ljudmi iz Metulja. Med nami se je spletla topla vez, ki deluje tudi, kadar nismo skupaj. Res sem imela veliko srečo, da mi je pred desetimi leti direktorica dodelila to »delo«. To sem že velikokrat povedala na naših prireditvah. Imela sem možnost skupaj z ljudmi ustvariti nekaj lepega. Ne neko formalno skupino s formalnimi dejavnostmi, ustvarili smo svoj »drugi dom«. Tu smo lahko sproščeni, pristni, takšni kot smo. Ko smo skupaj, skoraj pozabimo, da smo starejši.

Ko zjutraj vstopim v Metulja, vstopim v svet, kjer se dobro počutim. Srečam znane obraze. Znane in manj znane zgodbe teh obrazov. Začutim, da smo si blizu. Vidim tudi obraze, ki jih več ni in jih nikoli več ne bo. Vedno pa bodo ostali v mojih spominih in vedno bodo del Metulja.

Želim si, da Metulj ostane takšen, kot je. Da ljudje tukaj najdemo drug drugega, da skupaj preživimo del našega življenja. Spoštujemo drug drugega, prisluhnimo drug drugemu, upoštevajmo, da smo različni, da nas je preteklo življenje oblikovalo tako ali drugače. Spopadamo se vsak s svojimi problemi in še kako dobro je, da smo slišani, če to želimo, in da smo lahko tudi neopazni, če to želimo. Vsakdo ima svoje dostojanstvo in medsebojno druženje je lahko čudovito, če vse to upoštevamo.

*Milica Kaučič*

### Zakaj se rada udeležujeva vadbe v Metulju?

V najinem življenjskem obdobju se sprijazniš, da telo počasi peša. Zavedava pa se, da strokovno vodena, sposobnostim prilagojena in redna vadba lahko olajša marsikatero zdravstveno težavo. Prav takšno vadbo nam nudi društvo Metulj, zato sva že dolga leta zvesta člana. Vendar pa nama Metulj poleg obiskov ur telovadbe pomeni veliko več. To je dvakrat tedensko prostor za druženje, kjer ob jutranji kavici odpremo marsikatero resno ali manj resno temo za pogovor. V Metulju je vedno veselo vzdušje, ki je odraz sproščenih, a spoštljivih medsebojnih odnosov med člani, stkale so se mnoge prijateljske vezi. Marsikatera tegoba, pogosto povezana z zdravjem, postane manjša, ko jo deliš s kolegi. Naše generacije so polne izkušenj in modrosti, zato si radi izmenjujemo



koristne domače nasvete za lajšanje raznovrstnih zdravstvenih težav, recepte za okusne jedi, navodila za ročna dela in podobno. Seveda pa ne manjka aktualnih šal in lokalnih novic.

Naš Metulj poskrbi, da smo člani zaradi redne vadbe v boljši fizični kondiciji, da živimo bolj polno in da smo medsebojno povezani, za kar gre zahvala našemu čudovitemu vodstvu. Še posebej se člani veselimo družabnih dogodkov, predavanj in izobraževanj ter naših izletov, kjer je vedno veselo. Vsako leto posebej komaj čakava naš tradicionalni oddih na morju, kjer se v prečudoviti naravi nadihamo svežega morskega zraka in si v prijetni družbi povrnemo energijo, ki je pošla v dolgi zimi. Zato se veseliva dni, ko je na urniku telovadba, saj veva, da se bo dan začel veselo, sama vadba pa nama bo dala dodatno energijo. Tudi, če je jutro sivo ali deževno, je po obisku Metulja dan vever in optimističen, korak pa lažji.

*Poldka in Ljubomir Lukič*

### Z zgodbo o Metulju smo si bliže

Zame je Zgodba o Metulju zgodba mojega doživljanja tega, kar počnemo, zgodba barv in oblik, ki so se porajale v meni, ko smo se lotili Štefkinega projekta. Črke in besede govorijo z mojo pomočjo. Vdihnila sem jim življenje z risanjem rok, nog, nosov, ust, oči. Ko sem jim – črkam namreč – dodala barvita oblačila in izraz, so začele pripovedovati, kako uživamo v dejavnostih, ki nam jih nudi druženje v Metulju. Včasih imam občutek, da bi črke kar poletele s plakatov in zaplesale. Vsakokrat, ko sem v prostoru, kjer so plakati, mi pogled odkrije kaj novega. In ta odkritja mi povedo kaj zanimivega o osebi, ki je to narisala.

Zato se bolje poznamo, smo si bliže, smo bolj živi, resnični.

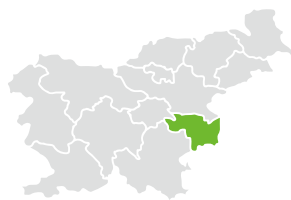
*Marjetka Resnik*

### Dobrovoljko in Veselka med telovadci

Ob ponedeljkih in petkih je v Metulju telovadni dan, saj zaporedoma razgibavajo svoja telesa kar tri skupine. Drugo, najštevilčnejšo in z največ moškimi, sta obiskala Dobrovoljko in Veselka. Sedla sta ob zvočnik na polici, prisluhnila spremljajoči glasbi in dogajanju v dvorani. Odločila sta se, da bosta napisala poročilo. Dobrovoljko je bil pozoren na začetek, ko koordinatorka Helena vse lepo pozdravi, pove program za naslednji teden, doda lepo misel in, v kolikor kdo praznuje rojstni dan, mu izroči čestitko, ki jo izdelajo ročnodelke, skupina, objeta v krogu, pa mu zapoje: »Vse najboljše za te ...«. Tokrat so za telovadno orodje izbrali plastenke, napolnjene z vodo. Zavzeli so začetni položaj, kar pomeni vdih, popek noter in kolena rahlo sproščena. Roki s plastenkama dvignejo, rahlo pozibajo in počasi odložijo. Velikokrat se sliši: »Še malo, še, še malo, še malo pa lepo nežno odloži. Prisluhnimo si in se umirimo.« Tako sprostijo telo od zgoraj navzdol, od glave do pet. Veselka je pozorna na vaje na blazini, najprej na boku, nato na trebuhu in na hrbtu. Pritegnile so jo Miličine spodbudne besede:

»Še malo probajmo, pa vdih, popek, pa držimo, lepo nežno popustimo, pazimo in delajmo z občutkom. Prisluhnimo svojemu telesu, da občutimo, katere mišice so vključene, pa popustimo in sprostimo. Ajde, gremo še malo, drugi bok, roke in noge iztegemo in popustimo. Vaje z občutkom menjavamo in prilagodimo sebi. Če kje čutimo bolečino, prenehajmo.« Ob koncu vaj se umirjajo in sproščajo in navadno zaključijo: »Globoko vdihnimo, se vzravnamo, še malo, previdno mišice držimo, popustimo, si objamemo ramena, se pozibajmo in se zahvalimo, da smo nekaj naredili zase.« Dobrovoljko je izvedel, da pri telovadbi uporabljajo trakove in žogice, najbolj pa je zabavno delati v pari. Vmes je veliko smeha, za kar največkrat poskrbi Cvetka, ki ji nikoli ne zmanjka vicev. Vedno so na voljo kozarci in voda, da se bolje počutijo. Ob koncu pa že diši kavica, sedejo za okroglo mizo in se pogovarjajo. Vsak prvi ponedeljek v mesecu vodi prostovoljno drugo skupino športna pedagoginja Darja in navadno občutijo Metulji mišice še naslednji dan. Ne glede na vse pa so zelo hvaležni, da imajo možnost vadbe in druženja v Metulju.

*Cvetka*



## POSAVJE

### Le še spomin na druženje DU Raka

**Kdo nam kroji to, kar je samo enkratno, tukaj in zdaj – življenje? Ali nismo že dovolj izkušeni in zreli, da znamo vplivati na dogajanja na nas samih in v naši okolici? Res je, da v času, ko korona virus maha z vsemi krili, mogoče že z repom, uničuje naša življenja in pri tem ne izbira. Pogrešamo bližino človeka, objem, stisk roke in nasmeš na obrazu.**

Naša druženja so poniknila skoraj že v pozabo. Vendar smo mi upokojenci zakladnica iznajdljivosti in izkušenosti. Vsaj nekateri, da ne rečem še zelo sposobni tudi v času, ko nas ogroža virus. Predsednica društva upokojencev Raka, Fanika Metelko, je organizirala šivanje zaščitnih mask, ki so bile po pošti poslane vsakemu članu društva. Ona poskrbi, da vsak član dobi novoletno in rojstno dnevno čestitko. Projekt Starejši za starejše, ki smo



ga izvajale od leta 2008, smo prekinile. Trudimo se, da imamo še vedno stike po telefonu in se med sabo obveščamo o nastalih nujnih problemih. Dogovarjamo se o pogrebni udeležbi in to pod strogimi zaščitnimi ukrepi. Praznovanja starostnikov se je naše društvo udeležilo v domu starejših občanov v Krškem zgolj s tremi člani društva in skromnim darilom, čeravno smo leta nazaj tudi s pevsko skupino popestrili praznik. Člani društva smo se odločili, da sodelujemo »Mala pozornost za veliko veselje«, ki ga je organizirala Ana Petrič iz Notranjih Goric. Hvala vam, gospa Petrič, za ta velik vseslovenski projekt, s katerim ste marsikateremu upokoјjencu polepšali praznični čas. V tej veliki in humani akciji smo vezle čestitke z zlato nitko, s prejico pa angelčke in zvončke. Predpraznični čas smo si olepšale ob pričakovanju novega leta 2022 z vezenjem in pripravo čestitk. Hkrati pa se z veseljem zavedamo, da smo še v tej starosti sposobne ustvarjati, kar nas notranje bogati. V sodobnem času nadgrajujemo različne reči, nadgradimo še to največjo vrednoto »življenje«, ki je v današnjem času najbolj ogroženo. Potrudimo se, da ob pomoči drug drugemu ne bi bila samo vrednota, ampak tudi kvaliteta življenja. Člani društva zelo pogrešamo vse dejavnosti, ki jih sprejmemo v letnem programu društva. To so razne dejavnosti, kot so ročna dela in z njimi povezane razstave. Pogrešamo izlete po naši lepi Sloveniji. Pogrešamo razna tekmovanja in druženja s sosednjimi društvi. Z velikim hrepenenjem pričakujemo čas, ko nam bo slovenska pesem napolnila naša srca. Takšno je bilo življenje v društvu, ki ga sedaj več ni, upanje na lepše pa še živi. V poletnih mesecih smo si upokoјjenci krajšali in lepšali dneve s sprehodi v naravo, občudovali njeno lepoto, žuborenje potočkov, žvrgolenje ptic in brenčanje čebelic po dišečem cvetju. Vsaj nekaj nam je dano. Spoštujemo to, kar imamo, in pričakujemo, da bo kmalu prišel nazaj predkoronski čas, ne vemo pa še kdaj, a zagotovo bo, kot Silvestrski poljub, objem in stisk rok naših najdražjih.

Milka Kranjc



revščino v Sloveniji, ko gospodarstvo ni zmožno zagotoviti energetskih storitev po sprejemljivi ceni. Predavanje je pritegnilo vse navzoče, v razpravi vprašanj kar ni bilo konca. Sledila je naslednja tema »pregled izvajanja programa Starejši za starejše v obdobju Covid-19, ki nam jo je predstavila ga. Rožca Šonc. Kot posledica epidemije je iz primerjalnih podatkov predhodnih obdobj viden padec prvih obiskov, so pa narasli ponovni obiski in telefonski stiki. Opazen je velik porast pomoči, v večini primerov DU sami organizirajo, ponudijo in izvedejo pomoč uporabnikom. Močno izstopa potreba po druženju in telefonskih pogovorih, zrasla je potreba po dostavi iz trgovine, prevozi in pomoč pri hišnih opravilih. Prav tako potreba po dostavi humanitarnih paketov.

Vanda Hlaj, foto: arhiv ZDUS



## JUŽNA PRIMORSKA

### Ob tednu starejših občanov

**Kot že velikokrat doslej smo tudi letos v okviru Tedna starejših občanov, ki v Izoli izjemoma traja cel teden, prostovoljke programa Starejši za starejše, ki deluje v okviru Društva upokoјjencev Jagodje Dobrava, organizirale predavanje namenjeno širši populaciji.**

Zbrali smo se v kavarni hotela Delfin, kjer so nas v uvodno dogajanje popeljali kitaristi Andragoškega društva Morje-Univerza za tretje življenjsko obdobje iz Izole. Tokrat nas je s svojo prisotnostjo presenetil naš župan g. Danilo Markočič. V svojem pozdravnem nagovoru se je zahvalil vsem prostovoljkam, predvsem pa vodji programa ga. Rožci Šonc za njeno dolgoletno in uspešno vodenje programa.

V napovedanem predavanju »Zmanjšanje rabe energije« nam je predstavnik društva za sonaravni razvoj Fokus, dr. Tomislav Tkalec, strokovni sodelavec, predstavil in podal nasvete za varčevanje z energijo, vodo, ogrevanjem in s tem povezanimi stroški. Nasveti za spremljanje stroškov za energijo in vodo ter ukrepi energetske sanacije stavb. Opozorjeni smo bili na energetske

### Nova strokovna sodelavka



Dedek Mraz, Božiček in Miklavž, trije dobri možje torej, so prisluhnili željam vodstva ZDUS in z januarjem 2022 »poslali« na Zvezo novo delovno moč, **Matejo Strašek**. Mateja je bila izbrana izmed številnih kandidatk za zasedbo delovnega mesta **Koordinatorica projektov**, kar pomeni, da opravlja naloge s področja vodenja projektov in je pod neposredno ingerenco Izvršne vodje projektov in prireditelj na ZDUS, Dijane Lukić.

Matejo boste priklicali na telefonsko številko 01/ 62 05 480, lahko pa ji tudi pišete na naslov [mateja.strasek@zdus-zveza.si](mailto:mateja.strasek@zdus-zveza.si)

# Digitalno vključeni – sodelujte tudi vi!

Pojav korone in njena dolgotrajnost sta pokazali, kako pomembna so računalniška znanja v vsakdanjem življenju in vključenosti v družbo; npr. spletno nakupovanje, naročanje pri zdravniku preko e-pošte ali aplikacij, stiki z družino in prijatelji s pomočjo zoom-a, messengerja, vibra, ipd.

Te potrebe smo prepoznali tudi v ZDUS in zato v začetku januarja skupaj s partnerjema **Simbioza Genesis in Zavodom IZRIIS** začeli z delom na projektu **Digitalno vključeni**, ki ga sofinancira **Ministrstvo za javno upravo**. Projekt bo potekal do 31.12.2023. Cilj projekta je, da starejše od 55 let, (predvsem pa starejše od 65 let) izobrazimo z znanjem za ravnanje s ključnimi e-storitvami (zdravje, bančništvo ipd.) organizacijo virtualnih srečanj ter (s)poznavanjem programov aktivnega in zdravega staranja.

V okviru projekta bomo pripravili novo spletno stran z uporabnimi vsebinami, ki bo med drugim omogočala samo/učenje za organizacijo spletnih srečanj, uporabo pametnega telefona ter iskanje vsebin in uporabo e-storitev. K sodelovanju v testnem (pilotnem) izobraževanju, bomo povabili dvajset starejših, ki bodo s svojimi komentarji in pripombami pripomogli, da bomo vsebine, izgled in dostopnost popravili in prilagodili, da bodo kar najbolj uporabne za starejše. Po vseh slovenskih regijah bomo v nadaljevanju izpeljali dve vrsti usposabljanj za skupno skoraj sedemsto upokojencev. Ključno za uspešno opremljanje starejših z digitalnimi znanji je tudi medgeneracijsko povezovanje, zato bomo v okviru projekta izvedli trideset virtualnih medgenera-



cijskih srečanj. Vabljeni, da razmislite še sami, katera digitalna znanja in vsebine potrebujete za obvladovanje opravil v vsakdanjem življenju, da boste uživali v prednostih, ki jih nudi digitalni svet. Predloge nam lahko posredujete na [mateja.strasek@zdus-zveza.si](mailto:mateja.strasek@zdus-zveza.si) ali po telefonu 01/ 62 05 480 vsak delovnik med 9.00 in 14.00 uro.

*Mateja Strašek, koordinatorica projekta*

## Program SzS se poteguje za laskavo nagrado

**Naš socialnovarstveni program Starejši za starejše se je uvrstil med spoštovanja vredno družbo 190 nominirank za nagrado Ženske o ženskah, ki jo podeljuje Društvo Mesto žensk.**

Prijavitelj-ica je nominacijo takole utemeljila:

»ZDUS izvaja program Starejši za starejše že 18. leto. Ženski kolektiv programa SzS z velikim nabojem energije in samomotivacije vodijo podpredsednica ZDUS Vera Pečnik, operativna vodja programa SzS Rožca Šonc, predsednica Programskega sveta Vijola Bertalanič, strokovna služba programa – vodja dr. Beata Akerman in strokovna (so)delavka Sabina Črnica. Izjemno pomembno vlogo imajo vse pokrajinske in društvene koordinatorice, ne nazadnje tudi vse prostovoljke. Kar 15 od 17 pokrajinskih koordinatorjev je žensk, tudi društvene so v večini koordinatorice v 249 enotah in 286 društvih upokojencev, ki koordinirajo in motivirajo prostovoljke in prostovoljce za njihovo prostovoljsko udejstvovanje v lokalnem okolju. ZDUS združuje preko 40.000 prostovoljcev, od tega jih več kot 3.500 predstavljajo ti, ki delujejo v okviru programa SzS – in skoraj 70 % prostovoljk programa SzS je žensk! Le-te nesebično podarjajo svoj čas, energijo, veščine in pomoč ter z veliko mero empatije na različne

načine pomagajo preko 56.000 uporabnikom, starejšim od 69 let. Med uporabniki prevladujejo starejše ženske (66 %), ki živijo same. V preteklem letu, ko je stiske poglobila epidemija koronavirusa, so prostovoljke in prostovoljci obiskali več kot 49.000 uporabnic in uporabnikov in več kot 21.000 nudili ali organizirali preko 71.000 različnih oblik pomoči in storitev. V programu se odstrajajo problemi – zlasti starejših žensk, ki jih pesti revščina, bolezni, nad katerimi bližnji izvajajo nasilje, katere ne zmorejo vedno opraviti vseh dnevnih opravil, higijene. Ženske smo po naravi izjemno empatične, pogosto materinske, zato nas stiske še bolj prizadenejo in obenem spodbudijo, da jih pomagamo nemudoma reševati. In na tem mestu gre izjemna zahvala ženskemu kolektivu Starejši za starejše, da s svojo nesebičnostjo premagujejo ovire, ščitijo človekove pravice in pripomorejo ohraniti dostojanstvo uporabnic in uporabnikov. Prav ženski kolektiv programa SzS je zaslužen, da se v slovenskem prostoru krepi solidarnost.«

**Pet izbranih nagrajenk bo znanih v začetku marca, mi pa smo nadvse zadovoljni in ponosni, ker naša prizadevanja za ustvarjanje prijaznejšega in pravičnejšega sveta niso neopazena.**

## Sto let Štefke Lesjak



V mesecu decembru 2021 je članica DU Ribnica, gospa ŠTEFKA LESJAK iz Ribnice na Pohorju stopila v družbo stoletnikov. Ko smo jo na njen stoti rojstni dan obiskali, nas je vesela pričakala. Razodela nam je svoje življenje, ki ji velikokrat ni prizanašalo, vendar je vsako težavo premagala v veri in upanju na boljši jutri. Je še vedno vitalna, pa tudi zdravje ji še služi. Ima dva sinova in hčerko. Z njo živi sin Štefan z družino. Vedno pa je vesela, ko jo obiščeta hči in drugi sin.

*DU Ribnica na Pohorju*

## Pavlinih 100 let

**Pavla Tičar, rojena Zadnikar, po domače Aklarjeva Pavla iz Potoč pri Preddvoru, je 6. januarja 2022 praznovala 100. rojstni dan. Slavljenko so ob jubileju obiskali župan Občine Preddvor Rok Roblek, predsednica Društva upokojencev Preddvor Marija Velikanje, predsednica Ženskega pevskega zbora Josipine Turnograjske Anica Celar Gorza, poverjenica za naselje Potoče Cirila Grilc ter soseda in nekdanja sopevka Rozika Roblek.**

Zaželeli so ji vse najboljše – v prvi vrsti zdravja – in ji zapeli pesem Vse najboljše. Ob prijetnem klepetu so jih domači postregli z narezkom in sladicami, ki jih je slavljenka največ pripravila kar sama. Kljub visoki starosti še vsak dan skuha kosilo, bere, rešuje križanke, popoldne gleda nadaljevanke, zvečer pa poročila. Ima izredno dober spomin, še vedno je iskriva in nasmejana.

Rodila se je 6. januarja 1922 v kmečki družini s 17 otroki pri Oreharju v Novi vasi. Še zelo mlada je morala poprijeti za delo na



kmetiji ter varovati mlajše bratce in sestre. S 14 leti se je zaposlila na žagi pri Dolencu v Preddvoru, nato je delala kot strežnica na gradu Hrib, kratek čas pa tudi na gradu Turn. Leta 1944 se je poročila z Alkarjevim Nacetom iz Potoč, s katerim ima tri hčerke Darinko, Slavko in Tonči. Po poroki je ostala doma na kmetiji, vzgajala hčerke, potem pazila še vnuke, nekaj časa pa je bila celo zaposlena pri hčerki Darinki v Preddvoru.

Junija 1987 se je upokojila in se 1. januarja naslednje leto včlanila v Društvo upokojencev Preddvor. Na občnem zboru marca 1992 je bila izvoljena v Upravni odbor in izbrana za poverjenico za naselje Potoče. Na lastno željo je bila teh obveznosti razrešena na zboru članov leta 2005. Ob ustanovitvi Ženske pevskega zbora Josipine Turnograjske, ki deluje v okviru tamkajšnjega Društva upokojencev, bilo je to v začetku leta 1991, se je vključila v zbor in v njem prepevala dolga leta. Bila je dobra pevka in tudi izredno dobra prijateljica, vedno vedrega razpoloženja in nasmejana.

Draga naša Pavla, vsi člani DU Preddvor, posebno »Josipinke«, ti želimo obilo zdravja in vse dobro.

*Po zapisu Anice Celar Gorza priredila  
Slavica Bučan, foto A.C.Gorza*

## Franckinih 90 let



Skoraj sem prepričana, da nima nobeno društvo take časti, da bi v programu Starejši za starejše imeli aktivno, natančno in predano prostovoljko, ki je že dopolnila 90 let. Mi, v DU Brežice, pa se z veseljem lahko pohvalimo, da je naša Francka Pečnik **Prostovoljka** in to v pravem pomenu te besede. Francka je bila kot četrti otrok rojena v večji kmečki družini v Podkumu. Osnovno šolo je obiskovala v Šentjurju, a le do tretjega razreda, potem je bila šola ukinjena, že naslednje leto pa so bili z družino izseljeni v Nemčijo. Namesto igranja je desetletna deklica delala na tujem državnem posestvu, po končani žetvi pobirala klasje, luščila grah, po gozdovih nabirala zdravilna zelišča za nemško vojsko, služila pri zdravniku ... Zadnja leta je morala v »lagerju« paziti na otroke od dveh do šestih let, ko so bile njihove mame na delu. Po vrnitvi domov, jeseni leta 1945, je morala narediti preizkus znanja, da je lahko začela obiskovati nižjo gimnazijo v Trbovljah, nato pa je končala še učiteljske v Celju. Njena prva služba je bila v OŠ Pečice na Kozjanskem, v občini Brežice, ki meji z občino Podsreda. Po treh letih pa je prišla bližje, v OŠ Dobova in tu poučevala vse do upokojitve. Ko se srečam z njenimi nekdanjimi učenci in pogovor nanese na »tršico« Francko, o njej slišim same lepe besede, pohvale, ki jih ni konec; kako je preprosta, vedno urejena, pravična, nežna, a zelo natančna. Poleg svojega dela v šoli je bila dvajset let zelo aktivna tudi v Društvu prijateljev mladine Dobova, kasneje se je v

vkjučila v Planinsko društvo Brežice, kjer je še vedno aktivna, je članica Društva izgnancev, Društva za preprečevanje osteoporoze in seveda tudi Društva upokojencev. Leta 2008, ko je društvo pristopilo k programu Starejši za starejše, je bila ena izmed prvih prostovoljk, ki so začele aktivno obiskovati starejše; obiskovati in jim nuditi pomoč. Za starejše na njenem terenu resnično poskrbi, da dobijo tako pomoč, kot jo potrebujejo. Če je pomoč kdaj zastala, je bila nemirna, ona bolj od vseh tistih, ki bi to morali opraviti v svojih službah, saj ji nikakor ni bilo vseeno za starejšo osebo, ki je pomoč potrebovala. Kako vestna prostovoljka je, pokažejo njene ankete in ponovni obiski, ki jih vsak mesec ali dva prinese, ko opravi obiske. Njena pisava je res lepa, pravo lepopisje, tako se je nekoč reklo lepi pisavi, danes otroci tega več ne poznajo. Ko Francka prinese seznam opravljenih obiskov, mi srce vedno kar zaigra, ko pomislim, kako je prijetno dobiti tako vzorno in lepo napisano poročilo. Pred časom mi je prinesla tudi svoje arhivske papirje, kjer ima od 2008. leta dalje natančno popisane vse osebe, starejše od 69 let, ki jih je obiskala, popisane ima vse, ki so umrli, ki so se preselili. Leta 2020, ko je bila marca pri nas razglašena pandemija, smo začeli šivati maske iz blaga; rada povem, da se je naša Francka takoj vključila in šivala maske. Čeravno mi je pred kratkim namignila, da nima rada, da se o njej piše, se mi zdi prav, da v zahvalo za njeno prostovoljsko delo slišijo tudi drugi. Posebno se mi zdi pomembno, da se naša Francka še vedno izobražuje na večjih področjih. Pred kratkim ji je nečak podaril pametni telefon, ona pa se hoče naučiti rokovati z njim tako, da ji naša prostovoljka po etapah razlaga, kako deluje. Zelo je povezana s svojo širšo družino, vedno jim je pomagala, sedaj ji njeni nečaki to vračajo. Med drugim pa tudi vsak večer na TV gleda oddajo Vem in osvežuje svoje znanje. Tudi s svojimi upokojenimi sodelavkami iz Dobove se še vedno mesečno dobiva na kavi in klepetu. Navkljub svojim letom je vedno skrbno urejena, rada pomaga drugim, a sama ne išče pomoči, čeravno bi ji številni z veseljem priskočili na pomoč. Preteklo leto, v novembru, je dopolnila devetdeset let. Naredili smo plan, da bomo naslednji dan imeli sestanek s prostovoljkami in nato še predavanje. Pripravili bi malo slavlja za našo drago jubilatko, a nam jo je korona zopet zagodila in vse je padlo v vodo. Čakali smo nekaj časa, a bilo je gotovo, da se to ne bo kaj kmalu umirilo in tako sva se po enem mesecu s pokrajinsko koordinatorico dogovorili, da jo obiščeva pri njej doma, seveda pod pogoji NIJZ. Bila je vesela obiska, postregla naju je zokusnim pecivom, ki ga seveda še vedno sama speče. Prav prijetno je poslušati njene zgodbe, izkušnje. Njen milil glas ti prav poboža dušo. Nesli sva ji tudi majhno darilce ZDUS, ki so mu naše Zanke dodale dokončno podobo.

**Naši dragi Francki želimo vse, vse najboljše, predvsem obilo zdravja in dobro merico iskrivosti tudi v bodoče!**

*Ana Kalin, koordinatorica programa SzS DU Brežice*

## 90 let Irmine Kozole

Sonce je obsijalo slikoviti Gumberk pri Otočcu, ko je 90. rojstni dan praznovala Irmina - Mina Kozole, dolgoletna članica DU Senovo, predana gasilka, veteranica PGD Mali Kamen. Z nasmehom in velikim veseljem je sprejela prostovoljko Marico iz DU Senovo in člane PGD Mali Kamen, ki so ji prišli voščiti za njen častitljiv jubilej. Ponosno nosi svoja leta, ki so ji prinesla modrost, izkušnje in številne lepe in dragocene spomine, spomine na rojstni kraj Mali Kamen, kjer je odrasčala v trdni kmečki družini s sestro in dvema bratoma, na mladost, pa na delo v GD in sokrajane, ki jih ima tako rada. V življenju je doživela veliko lepega in težkih trenutkov



ob izgubi svojih dragih. S trdno voljo, neizmernim optimizmom in pogumom je prenesla vsa bremena. V oporo so ji bili otroci Rajko, Ladka in preminuli Vili. Mino poznamo kot gostilničarko na Malem Kamnu. V lastni gostilni je bila odlična kuharica. Tako slastne so bile njene potice, pečenice. Prirejala je praznovanja rojstnih dni, veselice, kajti gostilna je slovela daleč naokoli po odlični kuhinji. Z velikim veseljem, predanostjo je kot prostovoljka sooblikovala delo v Gasilskem društvu, se izobraževala in opravljala odgovorne naloge. Še vedno pa je našla čas za šivanje. Izpod spretnih prstov so na Singerici nastajala oblačila tudi za prijatelje. Navezana na zemljo je obdelovala njivo in se veselila sadov dela pridnih rok. Tako hitro so minevala leta. In ko je prenehala z delom v gostilni, so jo na nedeljskih kosilih razveseljevali vnuki, pravnuki in vsi njeni dragi. V hišo so prinašali veselje, razigranost in mladost. Danes živi pri hčerki Ladki v Gumberku pri Otočcu. Kljub bolezenskim težavam, ki jo včasih pestijo, je vedno dobre volje, vesela obiskov in kramljanja. In prav je tako! Veselje, optimizem in smeh naj vas spremljata še naprej. Pa srečno, Mina!

*Irena Gmajnar, foto Marica Umek*

## 90 let Edvarda Progarja

Zadnji januarski dan smo praznovali 90. rojstni dan Edvarda Progarja. Rodil se je v Ljubljani v težkih časih, še težje pa je bilo, ko sta šla z bratom Milanom v sirotišnico, ko sta se starša ločila. Sestri Majda in Silva sta ostali z očetom. Kaj vse sta tam doživljala, je težko v sedanjih časih sprejeti in razumeti. Po vojni, leta 1947 je šel v delovno brigado. Gradili so ceste, proge, gradili so sebe, je naslov knjižice kluba brigadirjev Primorske.



*Franč Koščak je Edu napisal pesem v spomin.*

Potem je šel v trgovsko šolo. Končal jo je z odliko. Kot 17 letni fant je postal trgovski pomočnik v trgovini na Starem trgu v Ljubljani. Ko je končal trgovsko poslovodski tečaj, je bil poslan v Ilirsko Bistrico. Nato se je vrnil v Ljubljano, kjer je opravil bolničarsko šolo in 2 leti delal na onkološkem inštitutu. Sanjal je o študiju medicine, a ni imel finančnih možnosti. Občutljiv, kot je po naravi, ni mogel več delati in gledati trpečih in umirajočih, pa se je spet podal v trgovsko stroko in se zaposlil kot poslovodja v Planini in pozneje v Hruševju. V Postojni si je dom ustvaril 1955 leta po poroki z ženo Tončko. Kmalu se je družina povečala, rodil se jima je sin Edvard in hčerka Karmen. V Postojni je nadaljeval svojo službeno in bogato športno pot. Čeprav se je Progar ukvarjal z boksom, šahom, nogometom, namiznim tenisom, tarokom in kegljanjem, ga je najbolj prevzelo strelstvo. Izšolal se je za mednarodnega trenerja in sodnika. Bil je eden od entuziastov, ki so po več kot pol stoletja postavili na noge strelsko društvo in ga uspešno vodili. Sicer pa je športno strelsko društvo v Postojni že obstajalo, in to davnega 1852. leta. Progar je ponosen na odlične strelce, ki jim je bil mentor, še posebno na Rajmonda Debeveca. Kot 8 letnemu fantiču je bil prvi mentor in učitelj streljanja. Zdaj je Debevec svetovno znan strelec z olimpijskimi medaljami in vedno se spomni svojega učitelja. Tudi zdaj ga je obiskal, ob njegovi okroglem jubileju. Progar je bil deset let pred upokojitvijo zaposlen na Strelni zvezi Slovenije, kjer je opravljal tudi druge odgovorne naloge. Vidne uspehe je dosegel tudi v organizaciji zahtevnih strelskih tekmovanj, državnih, medrepubliških in mednarodnih. Za dolgoletno delo v strelstvu je prejel številna priznanja. Leta 1980 je prejel občinsko priznanje »23. april«, kot prvi športnik v občini Postojna, leta 1984 Bloudkovo plaketo, najvišje priznanje v telesni kulturi, leta 1988 plaketo Zveze za telesno kulturo Jugoslavije, 1998 zlato plaketo Strelni zveze Slovenije, leta 2001 pa tudi priznanje Mednarodnega olimpijskega komiteja. Progar je tudi prejemnik plakete Primorskih novic in Tarok zveze Slovenije in številnih drugih priznanj. Edvard Progar, legenda postojnskega športa, je napisal knjigo *Vse o športu* iz postojnske in pivške občine, ki je izšla leta 2009. Knjiga obsega 387 strani, ki so ilustrirane s 1100 fotografijami. Veliko knjižno delo v spomin športnikom, ki so dosegali lepe rezultate v Sloveniji, takratni Jugoslaviji in na mednarodnih tekmovanjih. V spomin tudi vsem mentorjem in učiteljem, ki so mladino usmerjali v šport, tudi Edvardu Progarju.

Bruna Olenik

## OSTALI BODO V SPOMINU

## ZDUSPLUS

# Nekdanji Šoštanjčan Bert Tašler st. se je ustavil konec leta 2021

## Prejel je »srebrni red dela« za vseživljenjsko delo v elektrarni TEŠ

Pred nedavnim v letu 2021 so vsi Tašlerji na Gubčevi cesti v Velenju spet veselo praznovali. Se razume, v ožjem družinskem krogu, saj po lanski 100-letnici glavarja Ruperta, korona še ni zapustila tega sveta, se je šalil še dokaj vitalen očak rodbine Tašler, nekdanji Šoštanjčan. Praded, ded in oče, **Jaroslav Rupert**, p. d. **Berto**, ki je obeležil **101** leto življenja. Ob 100-letnici pred pol drugim letom so ga sprejeli tudi v TEŠ-u, kjer je ob čestitkah nekdanjemu sodelavcu nastala fotografija treh Tašlerjev; Berta jubilaranta, njegovega sina **Berta Tašlerja ml.** in vnuka **Mitja Tašlerja**. Nekdaj znani Šoštanjčan, kasneje večji del življenja in ustvarjanja družine pa Velenjčan, je pred nekaj več kot letom dni, ko je za nedolgo delno »presahnila« epidemija korona virusa, v krogu družine, praznoval 100 let radoživega, zanimivega in klenega poslanstva na zemlji. Ob jubileju so se ga spomnili najprej domači, pri družini Berta ml. vsi družinski člani. V okviru možnosti in potrebnih ukrepov so praznovali z željami za še vitalno življenje v tem desetletju. Letos so starosto Berta »prvega« sprejeli tudi pri društvu upokojencev Velenje, kjer je »sto-en-letnik« povedal recept za dolgo življenje: »Svoje sem naredil, povedal in se priporočil tistim, ki komandirajo, naj zdaj z nami lepo ravnajo. In tako tudi je. Zame skrbijo po malem vsi moji, veliko pa mi pomenijo spomini, ki pridejo kar sami in me ne pustijo pri miru. Še dobro, da se sploh kdo zmeni zame, mi je pa manj dolgcajt. Zdaj pa naj teče vse tako, kot drugi hočejo«, je dejal še vedno zelo priseben, dobro ohranjen in po svoje šegav nekdanji ljubitelj športnih avtomobilov, ki je precej genov precepil z njegovo zlato ženko Barbaro, ljubkovalno Barčo, na prva potomca ter po družinskem debilu navzgor vse druge. »V zadnjih 50 letih sem si malo spočil!« je Rupert Berto dejal ob srečanju z upokojenci, ko je s predsednikom Francem Vedenikom pokramljal v družbi še ene stoletne dame. Rupert Bert Tašler je pričel svojo delovno kariero



Jaroslav Rupert Tašler s svojim najmlajšim potomstvom

v Rudniku Velenje, med drugo svetovno vojno, po njej leta 1945 v Elektrarni Velenje, leta 1952 pa je nastopil delo v TEŠ v Šoštanju do upokojitve v letu 1976. Sprva je družina stanovala v Cankarjevi ulici v Šoštanju, pozneje pa so zgradili hišo v Velenju. Z ženo Barbaro je preživel 68 srečnih let skupnega življenja v krogu treh otrok, Berta, Bernarde in Milene ter njihovih potomcev. Prejel je srebrni znak, red dela s srebrnim vencem RS, več od tega pa ... »imam zlato družino in lepe spomine, več pa pri bogu svojem ne potrebujem.« In res ni potreboval, v čakanju na novo številko revije ZDUSPlus je sredi novembra tiho legel k večnemu počitku.

Jože Miklavc, foto arhiv družine Tašler

PREVERITE  
MOŽNOST  
DO **100 %**\*  
OBČINSKE  
SUBVENCIJE

ZA SAMOSTOJNO  
IN BREZSKRBN  
BIVANJE V DOMAČEM  
OKOLJU.

# E-OSKRBA ZA VARNO BIVANJE DOMA

24-urna varnost s preprostim klicem  
na pomoč v primeru padca in slabosti.

E-oskrbo enostavno naročite s klicem na številko  
**080 8000** ali obiščite prodajno mesto Telekoma Slovenije.

**TelekomSlovenije**



[telekom.si/e-oskrba](https://telekom.si/e-oskrba)

\* Uporabnikom svetujemo, da preverijo, ali njihova občina sodeluje v projektu Varni in povezani na domu ter tako zagotavlja delno ali celotno subvencioniranje storitve E-oskrba, s čimer je storitev za uporabnike lahko celo brezplačna. Za več informacij o ponudbi obiščite [www.telekom.si](https://www.telekom.si), prodajno mesto Telekoma Slovenije ali pokličite 080 8000. Telekom Slovenije, d.d., Ljubljana

# SMUČANJE

ZIMSKE  
RADOSTI

## SANKANJE

## TEK NA SMUČEH

KRITJE COVID VKLJUČENO

## DESKANJE



**Sklenite  
zavarovanje  
Tujina  
in potujte  
brezskrbno.**

 **tujina**

080 20 60  
vzajemna.si

**VARUH  
ZDRAVJA**  
VZAJEMNA