



ZDUS^{plus}



CIVI EUROPAEO PRAEMIUM



Dnevi
medgeneracijskega
sožitja



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KULTURO

Revija Zveze društev upokojencev Slovenije

Marec - april 2022,
leto XV, številka 3-4



**Soočenje o
problematiki
mladine in starejših**

**Za prve uporabnike bo
E-Oskrba brezplačna**

**Posvetovanja
vodstva ZDUS
s PZDU-ji**

**Zgodnje
odkrivanje
demece**

BESEDA VODSTVA

Spoštovani upokojenci, v (super)volilnem letu smo! 3

V ŽARIŠČU

Posvetovanja vodstva ZDUS s PZDU in DU 4

Predvolilno soočenje o problematikah mladine
in starejših v RS 6

Marsikaj se je začelo premikati na boljše 7

Država je E-Oskrbo za 5.000 uporabnikov
zagotovila brezplačno. 7

ZNANOST IN IZOBRAŽEVANJE

Presejalni testi za odkrivanje demence že v aprilu 9

Pandemija več kot prepolovila izobraževanje starejših 10

Izkušnje in posledice epidemije Covid-19 10

IZ TUJIH LOGOV

Obisk pri Zagrebških upokojencih 11

Starejši potrebujejo dostop do usposabljanj
za boljše in zdravo življenje. 12

EVROPSKO PISMO

Obljube ali dejanja, kaj šteje več? 13

STAREJŠI ZA STAREJŠE

Program Starejši za starejše v Pomurju 14

KULTURA

Gledališčniki DU Lendava znova na odru 17

Naj nam bo toplo 17

UTRIPI V POKRAJINSKIH ZVEZAH

SPOROČILA UREDNIŠTVA

IN VODSTVA ZDUS 23

JUBILEJI NAŠIH ČLANOV

ŠPORT IN REKREACIJA

Vojne vedno začenjajo tisti, ki teh grozot niso nikdar izkusili v življenju, je nekoč dejal Sir Winston Churchill.

In v večini primerov je res tako! Vojna, kakršnakoli že, je umazana in meče dolgotrajen madež na državo agresorko. Ljudje navadno začnemo enačiti vojake s civilnim prebivalstvom in zavračamo vse, kar diši po agresorju. Poglejte, celo Čajkovskega so prepovedali predvajati na BBC-ju(!) Še malo in bodo knjižnice od Pariza, Madrida, Rima in Berlina, požgale vsa zbrana dela Tolstoja ali pa Dostojevskega! Vojna je grda. Podla, svinjska! V vojni privrejo na dan najnižkotnejša človeška dejanja, ki jih v mirnem času obsojamo in so vredna najširšega družbenega prezira.

A vendar se človeku, ki razmišlja s svojo glavo, porajajo dvomi. Pomisleki o motivih agresorja in pomisleki o brezmadežnosti napadenega. Koncept objektivne resnice je ogrožen z vseh strani. Z vzhoda in zahoda, zato je najbolj pomembno, da mediji poročajo nepristransko, ker bo sicer manipulacija z vestmi postala naša najbolj zveličana zgodovinska resnica.

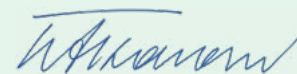
Medtem, ko so vse oči sveta uprte v Ukrajino, v Jemnu skoraj 1,5 milijona otrok živi na več kot trideset aktivnih vojnih žariščih, kjer potekajo brutalni spopadi oboroženih sil pod vodstvom ZDA, ki najbolj prezira divjanje Rusov v Ukrajini. O tem novice ne poročajo...

Star pregovor pravi, Daleč od oči, daleč od srca.

Najhuje pri vsem tem pa je, da ne gre več za države ampak za sistem, ki take reči dopušča. Za sistem, ki se je vrasel v pore vsake družbe, zlasti v interese multinacionalnih družb, ki politiko in politike vodijo, sama politika pri vsem tem pa igra obrobno vlogo.

Nekaj pa drži kot pribito, in to je, da politične elite nabirajo politične točke na trpljenju nedolžnih ljudi, ki želijo živeti, le živeti v miru.

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 Bertalanci, vijola.ppzdums@gmail.com; **Posavska:** Marija Krušič, makru27@gmail.com 051 725 412, **S. Primorska:** Majda Marinič, babicamm@gmail.com; **Šaleška:** Jože Miklavc, joze.miklavc@gmail.com 041 693 369; **Zasavje:** Milena Dimec, dimec.milena@gmail.com 051 438 236 **Z. Podravje:** Irena Ferluga; **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: S soočenja političnih prakov v organizaciji MeKoS na GR v Ljubljani. Foto ČK



Dnevi
medgeneracijskega
sožitja

ZDUSplus

Spoštovani upokojenci, v (super)volilnem letu smo!

Na vsakih dvajset let imamo toliko volitev, kot jih bomo imeli letos. V Državni Zbor RS bomo 24. aprila izvolili 88 poslancev iz različnih političnih strank po proporcionalnem sistemu. Redne volitve so pomembne zato, ker na podlagi izidov dobimo mandatarja, nato pa še Vlado RS. Ni nam vseeno kdo bo »prevzel« državo, saj se delo vlade odraža na življenju vseh državljanov naše republike, zato te volitve postavljam na prvo mesto.

Sledijo lokalne volitve na katerih bomo v 212 občinah volili občinske svetnike in župane. Za lokalno skupnost so te volitve vsaj tako pomembne kot prve, torej - državnozbornske. Število svetnikov je odvisno od volilnih upravičencev, ti pa so izvoljeni neposredno po večinskem sistemu. Letos volimo tudi predsednika države po ustaljenem večinskem sistemu, za to funkcijo pa je lahko več kandidatov in predsednik je izvoljen v prvem krogu, če prejme preko 50 % glasov volivcev, ki so prišli na volišče. Drugi krog volitev pa je v primeru, ko nihče od kandidatov ni dobil zadostne večine. Mandat predsednika traja 5 let.

Volitve v Državni svet za 40 državnih svetnikov potekajo na način elektorskih glasov, ki jih izvolijo v posameznih interesnih skupinah. Največja skupina so lokalni interesi 22 državnih svetnikov, ki se jih izvoli glede na število prebivalcev in elektorskih glasov v posamezni občini kateri pripadajo elektorji. Volitve v lokalnih interesih so preveč politično odvisne in bi bilo dobro spremeniti celoten volilni postopek v DS, medtem ko ostale interesne skupine (manjši delodajalci, delojemalci, izobraževanje, kmetje, socialni sektor...) opravijo volitve v svojem krogu dejavnosti. Predsednik je izvoljen na prvi skupni seji vseh skupin, njegov mandat pa tudi traja pet let, lahko pa se ga zamenja po polovici pretečenega mandata.

Pri vseh volitvah pa velja naslednje. V katerekoli politični stranki bodo kandidirali naši člani, jih bomo vsekakor podprli, saj je naša želja in potreba, da imamo v zakonodajnem telesu kar največje število naših zagovornikov, torej čim več »svojih« poslancev. Enako velja tudi na ravni lokalne sfere, da v svetniške vrste pridejo tudi naši člani, saj bomo na tak način lažje uresničevali naše vizije za boljše življenje starejših oseb.

Naše volitve bodo junija 2023. ZDUS kot Civilna družba postaja tarča političnih posa-

meznikov ker ne razumejo, da ne delamo političnih razlik med posamezniki in je vsak upokojenec, ne glede politično ali versko pripadnost, med nami dobrodošel. Statut ZDUS je vodilo za usmeritve pravičnega vodenja zveze, temu pa sledijo drugi podrejeni akti, ki podrobno opredeljujejo delo v komisijah in skupinah.

ZDUS je strokovne prispevke naših članov za boljše razumevanje zahtev do vsakokratne vlade (predvsem glede pravic do gmotnega položaja, zdravstva in sociale, bivanjskega standarda, pravic do vključevanja v zakonodajne postopke ipd.) izdal **Memorandum 2018 in Organizirane oblike zagotavljanje kakovostne starosti**. Gre za dokumenta, knjižici pravzaprav, ki vsebinsko opredeljujeta vse potrebne ukrepe, da upokojenci dobimo to kar nam pripada. Seveda bi bilo nujno, da se oba dokumenta dopolnita, a žal nas nekateri člani obremenjujejo z nepotrebnimi politično obarvanimi poizkusi destabilizacije in delitve ZDUS.

Z vlado, ki se počasi poslavlja, smo **(tudi z našimi predlogi)** dosegli kar nekaj dobrih rezultatov; **pokojnine se redno usklajujejo po sistemskem zakonu, dosegli smo izredno uskladitev za nazaj (od 2010 do 2015) v višini 3,5 % do 2010 1,7 % 2011 in naprej 1%, in trikrat so bili izplačani krizni dodatki za najnižje prejemnike pokojnin**. Vse te aktivnosti smo usklajevali s poslansko skupino DeSUS (Branko Simonovič), ki je v DZ vložila predlog za 3,5% dvig za vse, a se zaradi izračuna na ZPIZ to ni uresničilo. Dvižni odstotek je že dosegel 61,5 %, začel pa se je pri 57,25 %. Najnižja pokojnina za 40 let brez dokupa (442 EUR v letu 2018) znaša danes 662 EUR, kar pa je še vedno premalo v odnosu do praga revščine!? Seniorska olajšava do 1500 EUR pokojnine in letni dodatek pa se v masi dvigujeta, vendar ne po sistemskem zakonu, temveč po ZIPRS-u.

Zakon o dolgotrajni oskrbi ni popoln! Veliko pripomb nanj je podala strokovna skupina pod katero sta se podpisala mag. Rosvita Svenšek in dr. Martin Toth. Ministrstvo za zdravje nas je obvestilo, da bomo vključeni v pripravo šestih podzakonskih pravilnikov, vendar nismo prejeli nobenega (po)vabila in spet so naredili vse po svoje, kot že večkrat doslej. Upajmo, da dočaka-mo bolj strokovne in demokratične čase pri tistih zakonih, ki vplivajo na življenje starejših v tretjem življenjskem obdobju.



Velik trud je bil izkazan tudi na področju E – Oskrbe in delu prostovoljcev pri dodatnem izobraževanju za nudenje pomoči na domu. Zelo produktivna in vztrajna je bila podpredsednica Vera Pečnik, zato ji gre še posebna zahvala.

Veseli me, da nam je preko poslanske skupine NSI (vodja Jožef Horvat) uspelo vložiti v DZ dopolnilo k 142/A členu ZPIZ-2a za potrebe vsakoletnih sredstev za šport in rekreacijo, kulturo, tehnično kulturo, letovanje, likovno dejavnost itn. **Zakon je bil v tem mesecu tudi sprejet.** Tako je bila odpravljena dolgoletna vrzel pri razpisu preko ZPIZ. S tem zakonom bomo lažje planirali porabo namenskih sredstev za organizacijo naših dejavnosti. Še vedno pa ostaja odprto financiranje iz dividend hotela Delfin. Upam, da bodo težave kmalu odpravljene in bodo razmere že to leto postale znosnejše. Prav tako upam, da bo do naših drugih DMS v maju tudi že spremenjena politika do bivanjskih problemov starejših in njihove preskrbe, ki bo temeljila na zdravju.

Rokodelstvo, ki je v zadnjih letih naredilo skokovit napredek je pred kadrovsko težavo. Zagnan vodja KTK Branko Suhadolnik, je zaradi zdravstvenih težav prosil za prekinitev vseh aktivnosti. Težko bo obuti njegove škornje!

Vesela novica pa je, da bo imela ZDUS v naslednjih štirih letih v svetu FIHO svojega člana. Zastopal nas bo Jožef Tivadar iz Prekmurja. Program Starejši za Starejše je paradna usmeritev humanitarne dejavnosti ZDUS, zato je treba izreči zahvalo vodstvu programa kot tudi vsem 3500 prostovoljcem, ki odlično opravljajo svoje delo. Upam in želim si, da bo zakon o prostovoljstvu prinesel kake bolj spodbudne pogoje za njihovo delo.

V letnem poslovnem poročilu 2021 in napovedi za leto 2022 pa si preberite program ZDUS, ki je po dveletni negotovosti zaradi epidemioloških razmer ponovno zaživel.

*Prijetno branje želim,
Janez Sušnik - predsednik*

Posvetovanja vodstva ZDUS s PZDU in DU

Konec januarja, točneje 28.1. je vodstvo ZDUS začelo s posvetovanji med vodstvom, pokrajinskimi zvezami in njihovimi društvi o aktualni problematiki krovne organizacije. Kot prva pokrajinska zveza je bila na posvetu obravnavana PZDU Posavje. Predsednik Jože Žnidarič je k posvetu pritegnil kar nekaj društev in njihovih predsednikov, oz. namestnikov.

Predsednik Žnidarič je povedal da je vesel, da je ZDUS pristopil k tovrstnemu srečanju, da imajo tudi predsedniki DU možnost povedati svoje mnenje in izrazil upanje, da bo mogoče z zaključki srečanja moč izboljšati delo v DU, PZDU in ZDUS. Janez Sušnik je uvodoma dejal, da smo na kolegiju predsednika večkrat razpravljali o tem, da moramo izboljšati pretok informacij, saj ZDUS deluje na različnih področjih. Podpredsednica Jožica Puhar pa je dejala, da je vsebina srečanj izmenjava mnenj in izkušenj, saj sama s terenom nima dovolj stikov in je vesela, da tudi tako dobi informacije. V nadaljevanju smo se pogovarjali s predsednicami in predsedniki društev, ki so imeli priložnost slišati vse o tekočih in načrtovanih aktivnostih ZDUS v tem letu. V drugem, za nas pomembnejšem delu, pa je ZDUS prisluhnil društvom, njihovim potrebam ter izzivom, s katerimi se članstvo sooča v teh časih. Razprava je bila zelo konstruktivna, saj smo pri vodilnih kadrih zaznali željo po povezovanju in organiziranju aktivnostih za boljše kakovost življenja starejših.

31. januar, PZDU Dolenjske in Bele krajine

»Izmenjava informacij, tudi virtualno v teh časih, pripomore k boljšemu sodelovanju v in med društvi.« Drago Sikošek, DU Prečna

Zadnji januarski dan je vodstvo ZDUS opravilo še eno virtualno srečanje, tokrat s predsednicami in predsedniki PZDU Dolenjske in Bele krajine, ki se je na zadovoljstvo vseh zaključilo z spodbudnimi besedami in dobrimi željami za uspešen zagon aktivnosti v času po Covidu. Pohvalimo lahko odlično odzivnost predstavnikov DU, saj so se nekateri tudi prvič uspeli povezati prek Zoom in to brez težav. Predsednice in predsedniki so ugotavljali,



da se soočajo s podobnimi težavami, zato si želijo še več takšnih srečanj na katerih bi skupaj iskali rešitve in s skupnimi močmi udeležili pričakovanja članstva.

2. februar, PZDU Zasavje

Tega dne je bilo na vrsti že tretje srečanje. Vodstvo ZDUS ga je opravilo pod pokroviteljstvom Zavarovalnice Triglav d.d. Ne oziiraj se na manjšo zasedbo, smo pridobili pomembne informacije o aktivnostih DU in predvsem o izzivih, s katerimi se društva soočajo. Ugotovili smo, da največji izziv predstavlja upad članstva, zato bodo potrebne določene aktivnosti (obveščanje novih upokojencev o dejavnostih DU in možnosti vključitve v DU) in pridobivanje prostovoljcev za izvajanje programa Starejši za starejše. Navzoči so pozdravili prizadevanja ZDUS s področja digitalizacije in načrtovanih aktivnosti v projektu Digitalno vključeni.

9. februar, PZDU Gorenjska

Vodstvo Pokrajinske zveze je predstavilo opravljene aktivnosti v preteklem letu in pohvalno je, da so velik del programov, upošteva je ukrepe, lahko tudi izpeljali. S strani ZDUS smo predstavili aktualna prizadevanja za izboljšanje položaja starejših, skupaj pa smo razpravljali tudi o pomenu in potrebi po medsebojnem povezovanju in sodelovanju, programu Starejši za starejše, članarini, upadu članstva in načrtovanih **Dnevi medgeneracijskega sožitja**. Poseben poudarek smo

dali prizadevanju in načrtovanim aktivnostim s področja digitalizacije (analiza stanja, projektne aktivnosti). Predsednicam in predsednikom se zahvaljujemo za poročila, ki so nam omogočila vpogled v delovanje DU in vrsto dejavnosti, ki jih organizirajo za člane (kultura, rekreacija, šport). DU za Poljansko dolino – Gorenja vas pa želimo, da bodo razmere letos dovoljevale tudi dejavnost supanja, kar je vsekakor novost v dejavnostih DU.

10.2. Zgornje podravska PZDU

Tokratno srečanje nas je presenetilo glede številne udeležbe razpravljavcev in udeležencev. Med največkrat naslovljenimi izzivi je bilo pridobivanje novih članov, za kar je nekaj možnosti. Informativna zbiranka, ki bi jo preko ZPIZ distribuirali na novo upokojenim, dostop do podatkov o novo upokojenih za posamezno lokalno okolje in zanimiv - društveni program z aktivnostmi za starejše. Društva so programe v večini realizirala, nekaj ob upoštevanju ukrepov, nekatere dejavnosti pa so zaradi različnih prepovedi odpadle. Ugotovili smo, se je veliko število članov udeleževalo na področju športa in rekreacije, kar blagodejno vpliva na psihofizično stanje posameznika. Prezreti pa ne gre dejavnosti DU Malečnik – vinogradništvo, ki je med manj prepoznanimi dejavnostmi v društvih. Z optimizmom vsi skupaj gledamo naprej, da nadoknadimo zamujeno, ko bodo razmere spet postale normalne. Udeleženci so večkrat izpostavili dobro sodelovanje z

občinami, ponekod pa izpostavili problem pridobivanja podatkov s strani občin o starejših nad 69 let, ki bi jim lahko v okviru **programa Starejši za starejše** zagotovili različne vrste pomoči. Kar nekaj DU je lani sodelovalo tudi pri promocijskih aktivnostih na področju cepljenja.

14. 2. PZDU Ljubljana z okolico

Valentinovo smo obarvali s še enim posvetovanjem. Tokrat s predsednicami in predsedniki DU iz PZDU Ljubljana z okolico. Kljub temu, da so številčno manjša PZDU, pa to ne pomeni, da dejavnosti ni. Izpostavljeno je bilo, da je PZDU dolgo časa čakala na sprejem, oz. polnopravno članstvo v ZDUS in mora še nadgraditi aktivnosti za pridobivanje članov in dejavnosti za starejše. V letošnjem letu se jim je pridružilo DU Domžale, ki so bili pred tem člani PZDU Gorenjske. Aktivnosti, ki so lahko potekale ob omejenih ukrepih so bile v večini usmerjene v pomoč starejšim, rekreacijo in kulturne dejavnosti. Velik poučar smo dali pomembnosti povezovanja ter premikov na področju izobraževanja in digitalizacije, saj slednje tudi omogoča starejšim, da so bolj vključeni v delovanje DU, na splošno pa tudi v družbo.

16. 2. PZDU Severna Primorska

Kljub manjši zasedbi, smo na srečanju razpravljali o pomembnih izzivih, ki jih bomo v ZDUS v bodoče še intenzivneje naslavljali – zlasti s področja izobraževanja in digitalizacije. Nekatera DU so na tem področju v preteklosti že izvajala aktivnosti, ki so bile med članstvom dobro sprejete. Posebej pa bi želeli poudariti pomen promocije društvenih aktivnosti, ki mnogokrat tudi doprinejo k pridobivanju novih članov. Posebej izpostavljamo dva dobra primera – DU

Ajdovščina z novo spletno stranjo <https://du-ajdovscina.si/> in DU Kanal s predstavitevni videom <https://www.youtube.com/watch?v=fzDt8QndEzg>.

21.2. Celjska PZDU

Tokratno srečanje je postreglo s širokim odzivom številnih društev. Ugotovili smo, da se srečujejo s podobnimi izzivi; upad članstva in pridobivanje novih članov, zmanjšan obseg aktivnosti zaradi epidemioloških ukrepov in pa težavami s pridobivanjem kandidatov za prostovoljce in funkcionarje v društvih. Glede na predstavljene aktivnosti in prizadevanja ZDUS, smo prejeli dobre odzive. Upamo, da bomo uspešni na razpisu za e-oskrbo (danes lahko že rečemo, da smo bili,) ki bi omogočila to storitev za nekaj tisoč uporabnikov. Prisotni so pozdravili načrte ZDUS v smeri digitalizacije in usposabljanj in nove članske kartice v nastajanju. Med slišanimi predstavitvami smo zaznali tudi nekaj posebnosti. DU Ostrožno ima etno skupino, v DU Škofja vas pa sekcijo za nordijsko hojo in lastno knjižnico za brezplačno izposojajo knjig. Kako pridobiti nove člane pa so predstavili sodelujoči iz DU Štore, ki so pripravili vljudnostno pismo s povabilom upokojujencem za včlanitev v DU.

22.2. Pomurska PZDU

Na tokratnem srečanju smo zaznali nekaj primerov dobrih praks glede aktivnosti DU in tako tudi dviga interesa za večje vključevanje novih članov. V DU Ljutomer se bodo posvetili športni vadbi starejših, imeli bodo delavnice o zdravi prehrani in učne delavnice, npr. s področja prometne varnosti. V DU Odranci so lani prvič pridobili sredstva za financiranje kulturne prireditve ob dnevu starejših. DU Lendava

je izpeljalo prvo skupno likovno razstavo, njihov krožek ročnih del pa je obeležil 20 let delovanja. Posebej nas veseli, da so se z aktivnostmi vključevali tudi v Teden ljubitelske kulture in Teden vseživljenjskega učenja. Izpostaviti moramo tudi gledališko skupino Kofetarji, med udeleženci pa smo večkrat zaznali informacije o sodelovanju v projektu Prostofer, ki zagotavlja brezplačne prevoze za starejše in pa sodelovanje z zamejskimi društvi upokojujencev.

24.2. Koroška PZDU

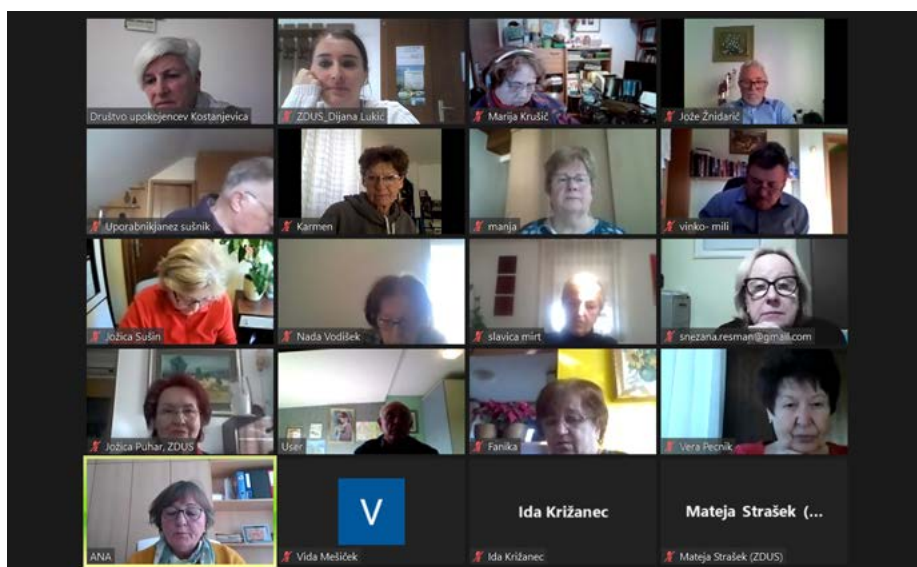
V razpravi smo zaznali potrebo po ureditvi prostorske stiske in pridobitvi računalniške opreme. Večje število društev je med svojimi aktivnostmi izpostavilo program Starejši za starejše in projekt Prostofer za prevoze starejših. DU Dravograd je predlagalo, da bi se bilo potrebno več ukvarjati s turističnim delom, recimo organizacijo izletov in izmenjavo izkušenj. Ker ugotavljamo, da je velika potreba po včlanjevanju mlajših upokojujencev, bi zgolj omenili izzive DU Črna na Koroškem, kjer ugotavljajo, da posamezniki pogosto prevzamejo preveč nalog in so zato preobremenjeni! Poleg izvajanja našega socialno varstvenega programa pa v DU Ravne na Koroškem sodelujejo tudi v občinskem projektu **Mlajši za starejše**. Društva so aktivna na mnogih področjih za ohranjanje psiho fizične kondicije starejših, DU Mislinja pa bo v kratkem v okviru Komisije za TK dodala še zeliščarstvo.

25.2. PZDU Sp. Podravje

To je bilo zadnje srečanje! Udeleženci so prisotne seznanili, da je udeležba odraz realnega stanja društev v pokrajinah (ni računalniške opreme in/ali znanja). To nas ni odvrnilo od tega, da ne bi osvetlili vse tisto, v čemer s(m)o bili uspešni in tistem, čemur bomo posvečali pozornost v prihodnje. Srečanje potrjuje prizadevanja in aktivnosti s področja digitalizacije in usposabljanj, ki tečejo v pravo smer in bodo pripomogle h krepitvi medsebojnega povezovanja. Izjemne pohvale so bila deležna društva, ki so vpeta v program Starejši za starejše. Čestitke vsem, da ste izpeljali mnoge aktivnosti ob upoštevanju zaostrenih ukrepov! Na tem mestu bi izpostavili še DU Ptuj v prizadevanjih za lajšanje stisk starejših, namreč, med drugim bodo zagotavljali tudi razvoz brezplačnih obrokov hrane.

S Pokrajinskima zvezama DU Šaleška in J. Primorska bomo posvetovanja izpeljali v dogovoru s predsednikoma obeh pokrajin.

Uredništvo ZDUSPlus, foto arhiv ZDUS



Predvolilno soočenje o problematikah mladine in starejših v RS

V upanju na realizacijo obljub



Medgeneracijska koalicija Slovenije je 11. marca pripravila **Soočenje o problematikah mladine in starejših v RS**. Na soočenju, ki ga je vodil **Nejc Krevs**, so sodelovali: **Tanja Fajon**, predsednica stranke SD; **Romana Tomc**, podpredsednica stranke SDS; **Alenka Bratušek**, predsednica Stranke SAB; **Marko Balazic**, predstavnik Liste Povežimo Slovenijo; **Janez Cigler Kralj**, podpredsednik NSi; **dr. Robert Golob**, predsednik Gibanja Svoboda; **Marjan Šarec**, predsednik Stranke LMŠ in **Luka Mesec**, koordinator Levice.

Na soočenju smo obravnavali naslednje problematike: prekarizacija in trg dela, trajnostna mobilnost, pokojninska reforma, študentska politika in stanovanjska problematika. Na teh področjih smo od kandidatov pridobili različna zagotovila, kot so: prenova pokojninske reforme, nujen dvig in predrugačenje štipendij, višje vlaganje v železniško infrastrukturo kot v ceste, jamstveno in poroštveno shemo za stanovanjske kredite mladih, aktivacijo depozitov v gradnjo infrastrukture, znižanje cen stanovanj, nepremičninski davek na prazna stanovanja, državne obveznice za aktivacijo kapitala, 30.000 javnih najemnih stanovanj, spremenjena zemljiška politika, medgeneracijsko sobivanje, gradnja domov za starejše, nižji davki za oddajo stanovanja v najem itd... Članice medgeneracijske koalicije Slovenije si želimo, da bi bile obljube v prihodnjem mandatu tudi udejanjene.

Miha Zupančič, predsednik MeKoS in MSS: »Veseli me, da so udeleženci soočenja uspeli obdržati kulturni dialog. Tako mladi kot starejši ne bomo pozabili na obljube. Medgeneracijska koalicija Slovenije bo spremljala izpolnjevanje le teh. V kolikor te ne bodo izpolnjene, to dodatno znižuje zaupanje v politikom, predvsem med mladimi. Želimo si, da se zaupanje v politiko in s tem participacija mladih na volitvah dviguje, kar pa je mogoče zgolj v kolikor se predvolilne obljube udejanjijo tudi v koalicijski pogodbi in praksi.«

»Če se bo zgodilo to, kar so kandidati najbolje rangiranih strank obljubili in bo tudi koalicijska pogodba sestavljena tako, da bodo starejši in mladi upoštevani, bomo izredno zadovoljni, seveda pa bomo delo vlade tudi ves čas spremljali!« **Janez Sušnik, predsednik ZDUS**

Janez Sušnik, predsednik ZDUS: Če se bo zgodilo to, kar so kandidati najbolje rangiranih strank obljubili in bo tudi koalicijska pogodba sestavljena tako, da bodo starejši in mladi upoštevani, bomo izredno zadovoljni, seveda pa bomo delo vlade tudi ves čas spremljali!«

Simon Trusshevich, predsednik DOS: »Po dolgem času sem res pozitivno presenečen nad vsebinsko debato, ki se je danes odvijala med osmimi najbolje rangiranimi strankami. Zdi se mi, da smo dobili jasne obljube od prvakov in prvakinj strank, kako bodo stranke funkcionirale v primeru izvolitve in sodelovanja v prihod-

nji vladi. Upamo, da bodo vsa soočenja v prihodnjem obdobju tako vsebinsko obarvana, kot je bilo današnje in se bodo distancirala od ideoloških tematik.«

Marika Grubar, predsednica ŠOS: »Vesela sem, da smo ipeljali soočenje, ki je bilo sila profesionalno. Prihodnost je v tem, da se takšne družbene skupine med seboj povezujemo in sodelujemo tudi na ravni politik in zakonov. Veseli me, da smo danes naslavljali študentsko in stanovanjsko problematiko. Zasedovali bomo tudi investicije v javni železniški potniški promet. Upamo,

da se bo naslednja vlada teh obljub tudi držala. Poleg tega pa si želimo, da bi prihodnja vlada namenjala več pozornosti tudi zdravju, zlasti duševnemu zdravju, ki pa v soočenju ni bilo omenjeno. Zavedamo se, da kratek prispevek ne more povzeti celotnega soočenja, zato vas vabimo, da si soočenje pogledate na Facebook straneh Mladinskega sveta Slovenije, Dijaške organizacije Slovenije, Študentske organizacije Slovenije, Zveze društev upokoјencev Slovenije in Medgeneracijske koalicije Slovenije ter iz njega povzamete vam najpomembnejše tematike.

MeKoS, foto ČK

Marsikaj se je začelo premikati na boljše

Na Ministrstvu za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, je v začetku februarja potekal sestanek med predstavniki ministrstva in vodstvom ZDUS. Sestanka so se udeležili Andrej Grdiša, generalni direktor direktorata za starejše, Peter Medved in Aleš Kenda, ter Janez Sušnik, predsednik ZDUS, podpredsednici Vera Pečnik in Jožica Puhar, ter Rosvita Svenšek, Rožca Šonc, Vijola Bertalančič, Silva Koželj, Silva Gorjup, Sabina Črnica, Milan Osterc in Mateja Strašek.

Temi pogovora sta bili Predstavitev delovanja in nalog MDDSZ - Direktorata za starejše in deinstitucionalizacijo, ter Izmenjava mnenj in področja sodelovanja med Direktoratom in ZDUS. Direktor Andrej Grdiša je predstavil delo in organizacijo direktorata, ob tem pa izpostavil javne razpise (React), delo na projektih (deinstitucionalizacija) ter povezovanje z drugimi resorji, npr. zdravstvom. Peter Medved je nanizal naloge na področju kohezijskih politik in omenil Sklop 7, ki ga bo potrebno spremeniti, da bo bolj vključujoč in dinamičen. Vzpostavili so delovno skupino za naslavljanje demence, organizirali pa bodo še mobilno enoto v Centrih za socialno delo za delo na terenu. Aleš Kenda pa je izpostavil strategijo dolgožive družbe. Predsednik ZDUS je predstavil poslanstvo krovne upokojenske



Predsednik ZDUS je predstavil poslanstvo krovne upokojenske organizacije ter poudaril, da je vloga ZDUS premalo vidna in upoštevana, čeprav ima 200 tisoč članov, v več kot 500 društvih upokojencev. Izpostavil je delo in uspehe na programu Starejši za starejše ter področju demence.

organizacije ter poudaril, da je vloga ZDUS premalo vidna in upoštevana, čeprav ima 200 tisoč članov, v več kot 500 društvih upokojencev. Izpostavil je delo in uspehe na programu Starejši za starejše ter področju demence. Dodal je, da je potrebno **nadgraditi Zakon o dolgotrajni oskrbi**, kar so v svojih izjavah poudarili in podprli tudi podpredsednici Vera Pečnik, Jožica Puhar in ostali, ki so se udeležili srečanja.

Direktor direktorata se je zahvalil za pobude in teme. ZDUS, kot največja nevladna organizacija je pomembna sogovornica, zato so informacije in analize dobrodošle in predlagajo redne občasne sestanke. Strinjajo se, da je potrebno Zakon o dolgotrajni oskrbi dopolniti, glede kadrovske problematike v domovih pa so povedali, da so plače zvišali za 3-4 razrede.

Vera Pečnik, podpredsednica

Država je E-Oskrbo za 5.000 uporabnikov zagotovila brezplačno

E-oskrba bo od aprila dalje na voljo brezplačno za 5.000 državljanov RS, ki izpolnjujejo pogoje razpisa, ki so objavljeni na spletni strani E-oskrba Telekom Slovenije. Telekom Slovenije je bil skupaj s konzorcijskim partnerjem Zvezo društev upokojencev Slovenije izbran na Javnem razpisu za izbor operacije »E-oskrba na domu« Ministrstva za zdravje za zagotavljanje storitve E-oskrba, ki omogoča bolj varno ter samostojno bivanje na domu vsem, ki pri tem potrebujejo podporo. Namen zagotavljanja storitve E-oskrba je krepitev samostojnosti, varnosti in višje

kakovosti življenja starejšim, bolnim in invalidnim osebam na njihovem domu. Za pridobitev storitve se lahko prijavijo na naslov eoskrba@telekom.si, ali na telefonsko številko 080 1213 ali pa na ZDUS. Ker so sredstva omejena, bo brezplačna E-oskrba zagotovljena le prvim 5.000 upravičencem, ki bodo izpolnjevali pogoje razpisa in te dokazali s podpisom izjave.

S staranjem prebivalstva, ki je značilno za vse razvite države, se potrebe po dolgotrajni oskrbi starejših na domu vse bolj povečujejo, kar razvite države uspešno rešujejo tudi z zagotavljanjem brezplačne e-oskrbe

vsem, ki jo potrebujejo. **E-oskrba** Telekoma Slovenije starejšim, invalidom in kroničnim bolnikom omogoča samostojnejše, bolj varno in neodvisno bivanje v domačem okolju. Zagotavlja 24-urno varno povezavo z asistenčnim centrom v primeru, da uporabniki potrebujejo pomoč in to s preprostim pritiskom na gumb naprave za pomoč, ki je nameščena v njegovem domu. Če pa do naprave ne more oziroma je ta predalet, lahko sproži klic s pritiskom na gumb za pomoč na zapestnici, ki jo ima lahko vedno pri sebi. Namesto zapestnice pa se lahko uporabnik odloči tudi za verižico, ki ima prav tako poseben gumb za proženje

klica na pomoč, hkrati pa verižica tudi samodejno zazna padec in ob tem sproži klic v asistenčni center, v katerem strokovno osebje zagotovi ustrezno pomoč. E-oskrbo lahko uporabnik razširi tudi z dodatnimi senzorji za detekcijo dima in izliva vode. Opremo uporabnikom namesti Telekom Slovenije, brez vrtanja in posebnih nape-ljav, uporaba storitve pa bo brezplačna do 30. 9. 2023 za vse, ki se bodo za storitev odločili skladno s pogoji razpisa.

»Med številnimi amandmaji ki smo jih naslovili na predlagatelje Zdo, smo pomislili tudi na prostovoljke in **E-oskrbo**. Pogovori so stekli, usklajevali smo se z zainteresiranimi skupinami in danes lahko le zaželim temu humanemu projektu, ki bo kvalitativno dvignil zdravstveno preventivo najranljivejše skupine, ki pretežno živijo sami - čimprejšnjo realizacijo v vsakdanjem življenju.

*Janez Sušnik,
predsednik ZDUS*

Pri **E-oskrbi** največ šteje zaupanje, saj se bodo naši oskrbovanci odločali zanjo in verjeli v dobrohotno pomoč in ne nasedali izmišljotinam o prisluhih, sevanju in drugim lažnim informacijam. Le z zaupanjem bomo zmogli zakorakati do boljše medsebojne povezanosti in pomagali pomoči potrebnim ne glede na njihov socialni status, na razvitost občine in ne glede na pokrajino v kateri živijo.

*Vera Pečnik,
podpredsednica ZDUS*

O **E -oskrbi** sem poučila svoja starejša sorodnika. Z leti sta postala slabotnejša



in mož je že večkrat padel, njegova žena pa je prešibka, da bi mu nudila pomoč. Živita v stalnem strahu, kako bi si lahko pomagala, če bi bila sama doma. Telefona v stanovanju človek ne nosi s seboj na vsakem koraku. Možnosti ureditve stanovanja z opremo za spremljanje gibanja in opozarjanja na daljavo pa sta se zelo razveselila in jo vidita kot edino pravo rešitev za svoje razmere.

*Jožica Puhar,
podpredsednica*

»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.«

*Rožca Šonc, operativna vodja
programa Starejši za starejše*

»Zadovoljen sem, da smo do rešitve prišli tudi s uspešnim sodelovanjem v okviru Strateškega sveta za digitalizacijo in bomo z evropskimi sredstvi poskrbeli za kakovostnejše življenje uporabnikov **E-oskrbe**,«

*dr. Mitja Štular,
član uprave Telekoma Slovenije*

»Z razpisom Ministrstva za zdravje je **E-oskrba** od aprila dalje na voljo brezplačno 5.000 upravičencem, ki izpolnjujejo pogoje razpisa po vsej Sloveniji«

*Peter Pustatičnik,
vodja E-oskrbe in E-Zdravja
v Telekomu Slovenije*

»Pri nas v primerjavi z razvitimi državami EU močno zaostajamo pri oskrbi starejših v domačem okolju. Starejši so na svojem domu vse prevečkrat prepuščeni sami sebi. Zaradi predolgega čakanja na pomoč v domačem okolju vsako leto po nepotrebnem umre okoli 600, večinoma starejših oseb. Veseli nas, da je vlada s pomočjo evropskih sredstev zagotovila brezplačno storitev **E-oskrbe**, ki je v razvitih državah že sestavni del socialnega varstva starejših, in da tudi v Sloveniji končno delamo pomembne korake v smeri zagotavljanja varnosti starejših, ki bivajo sami. V ZDUS poznamo potrebe starejših na domu in jih bomo seznanili z možnostjo in pogoji brezplačne **E-oskrbe**. Za to pa bo potrebna tudi celovita nacionalna kampanja o E-oskrbi, v kateri bo sodelovalo tudi ministrstvo za zdravje, pa tudi zagotovitev sredstev za podaljšanje možnosti koriščenja brezplačne storitve do uveljavitve Zakona o dolgotrajni oskrbi,« pa je še dodal naš predsednik, Janez Sušnik.

T.K. in Telekom Slovenije



Presejalni testi za odkrivanje demence že v aprilu



Okoli 35.000 ljudi v Sloveniji se sooča z demenco. Tveganje, da zbolite za demenco pri 60 letih, je okoli en odstotek, vendar s staranjem eksponentno narašča in se podvoji vsakih pet let. Pomeni, da imate pri 80 letih že okoli 20 % tveganje, da zbolite za demenco. Tako lahko ocenimo, da bo vsak 10. prebivalec Slovenije zbolel za demenco, je na novinarski konferenci dejal Jurij Dreo, vodja raziskav in razvoja pri podjetju BrainTrip, ki se usmerja predvsem v elektrofiziološke metrike kognicije.

Demenca ni samo bolezen posameznih bolnikov, temveč vpliva tudi na kakovost življenja njihovih bližnjih. Ta bolezen se bo v prihodnje zagotovo dotaknila vsakega drugega prebivalca te države. Namen projekta je zato v ozaveščanju o širši problematiki te bolezni.

Črt Kanoni, predstavnik za odnose z javnostjo pri naši krovni organizaciji in odgovorni urednik revije ZDUSPlus, je predstavil aktivnosti zveze s tega področja.

»ZDUS je vključena v številne domače in mednarodne programe in projekte, saj smo člani Age Platforme in Eurage. Spremljamo, kaj se dogaja v Evropi z vidika pravic starejših in ta znanja prenašamo v domače okolje. Aktivno nastopamo v zagovorništvu pravic starejših, tudi oseb z demenco in njihovih svojcev. Pomembno vlogo vidimo v ozaveščanju javnosti o demenci, o dvigu zdravstvene pismenosti o demenci, o usposabljanju neformalnih oskrbovalcev oseb z demenco (kar predstavljajo tudi svojci in starejši prostovoljci). Za podporo projektu pa smo se odločili na podlagi predhodnega dobrega sodelovanja z deležniki projekta in ker menimo, da je pomembno zagotoviti pravočasno obravnavo.

V začetku decembra lani se je ZDUS pridružila mreži Demenci prijaznih točk. Predsednica Spominčice Štefanija Lukič Zlobec je vodstvu ZDUS predala znak, ki je danes nalepljen na vhodna vrata naše zveze. Postali smo demenci prijazna točka, ker želimo prispevati k boljši ozaveščenosti o demenci v lokalnem okolju, ker z vseživljenjskim izobraževanjem pridobivamo nova znanja in veščine za izboljša-



Utrinek z novinarske konference.

Kanoni je še dodal, da je ZDUS aktivna na EU projektu: **Move your hands for dementia** kateremu v zadnjem času posvečajo veliko pozornost, saj sodelujejo v fokusnih skupinah, strokovno osebje pa se je udeležilo usposabljanja izobraževalcev v Italijanskem Pinerolu, opravili so tudi nekaj projektnih sestankov na temo starizma in demence in medgeneracijskega sodelovanja pri oskrbi oseb z demenco, ter izpeljali spletno kavarno z naslovom **Ne Pozabi**, na kateri so predstavili vsebine projekta.

nje kakovosti življenja oseb z demenco in ker želimo prispevati k bolj vključujoči, demenci prijazni družbi.

Kanoni je še dodal, da je ZDUS aktivna na EU projektu: **Move your hands for dementia** kateremu v zadnjem času posvečajo veliko pozornost, saj sodelujejo v fokusnih skupinah, strokovno osebje pa se je udeležilo usposabljanja izobraževalcev v Italijanskem Pinerolu, opravili so tudi nekaj projektnih sestankov na temo starizma in demence in medgeneracijskega sodelovanja pri oskrbi oseb z demenco, ter izpeljali spletno kavarno z naslovom **Ne Pozabi**, na kateri so predstavili vsebine projekta.

»Vsi starejši, ne le v Sloveniji, si želijo preživeti starost doma, v svojih lastnih gospodinjstvih. Odhod v dom za starejše je v veliki večini primerov izhod v sili, ko doma ni več moč zagotavljati dovolj pomoči. Upokojene strokovnjakinje Slovenske filantropije in ZDUS so leta 1995 pričele razvijati projekt medsebojne pomoči starejših, da bi lahko čim dlje ostali v domači oskrbi. V sedanjih oblikah teče od leta 2004 pod nazivom, Starejši za starejše. Bistvo programa je, da starejši prostovoljci obiščejo druge starejše od 69

let v svoji okolici, jih povprašajo o tem kako živijo in jim poskušajo organizirati pomoč, če jo potrebujejo. Želimo si, da bi prostovoljstvo dobilo svoje mesto in priznanje v strateških dokumentih, kot sta **Strategija dolgožive družbe** in **Zakon o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo** skupaj z neformalnimi oskrbovalci. Želimo, da bi imeli sistemsko urejeno financiranje, ki bi omogočilo razvoj in nadgradnjo programa. Na ravni države pa vsekakor potrebujemo organ, ki bo medresorsko usklajeval politike, ki zadevajo starejše, na lokalni ravni pa lokalne koordinacije vseh javnih in nevladnih deležnikov, ki imajo v svojih programih zapisano odgovornost do starejših,« je še dodal Črt Kanoni. Testiranje spomina bo, kot že povedano, steklo v mesecu aprilu na treh ločenih, 60-minutnih srečanjih, med katerimi bo 1–2 tedna premora. V roku dveh mesecev po zaključku projekta bodo sodelujoči prejeli rezultate meritev in testov. Zbrani podatki v sklopu projekta bodo anonimni in digitalno šifrirani. Kje vse se bo moč testirati pa bomo objavili na naši FB strani, oz. v naslednji številki naše revije.

Toni Krčan, foto Freelmages

Pandemija več kot prepolovila izobraževanje starejših

Tudi vključevanje v kulturi je izobraževanje

Tako kot v vseh državah smo tudi pri nas v zadnjem desetletju zaznali vse manjšo vključenost odraslih v vseživljenjsko učenje, res velike spremembe pa je prinesla pandemija covid 19. Po zadnjih podatkih Andragoškega centra Slovenije je v Sloveniji vključenih odraslih v vseživljenjsko učenje 9,2 odstotka prebivalcev in sodimo v evropsko povprečje.

Če bi temu odstotku prišteli še vse vključene v ljubiteljski kulturi, kjer je učenje v pevskih zborih, godbah, folklori ali gledaliških skupinah (po podatkih JSKD vključenih kar sedem odstotkov prebivalcev) sestavni del aktivnosti, bi se število vključenih v vseživljenjsko učenje povečalo, menim kot vse življenje vključen v ljubiteljski kulturi.

Vključitev v kulturi je tudi vseživljenjsko učenje, ki ni le učenje iz knjig, ampak tudi spoznavanje in predajanje kulturne dediščine in običajev. V ljubiteljski kulturi je dan velik poudarek osebnemu razvoju. Šele doseženo ravnanje med intelektualno, duševno, duhovno, čustveno in fizično platjo nam omogoči uravnoteženo in zaokroženo delovanje. V kulturnih društvih se učimo vse življenje: učimo se za vsak javni nastop. Naj postrežem z lastnim primerom, saj moram danes stalno vaditi tudi doma, več kot nekoč, da ohranim potrebno kvaliteto raven za igranje v orkestru in kvartetu klarinetov. Čas pandemije nas je (Godbo ljubljanskih veteranov) sicer močno prizadel (kot vso kulturo), vendar smo v covidnem času po profesional-



nih kriterijih izdelali zgoščenko orkestra. Seveda je za nas – starejše-sprejemljivo le srečevanje v živo! Ni kaj dodati dr. Tanji Možina, vodji središča za kakovost in izobraževanje na Andragoškem centru Slovenije: »Izobraževanje starejših ni samo pridobivanje znanja in tkanje socialnih vezi, ampak se stem ohranja in podaljšuje njihova delovna in družbena aktivnost, kar je ključno za kakovostno življenje in ohranjanje lastne neodvisnosti pozno v starost. To ni pomembno zgolj za posameznika in njegovo življenjsko pot, ampak za celotno skupnost.«

Vključevanje v kulturne skupine (društva) ima socializacijski pomen, saj omogoča uveljavljanje tudi tistim družbenim skupinam in posameznikom, ki v vsakdanjem

delovnem in družbenem okolju ne dosežajo osebnega zadoščenja in potrditve. Programi kulturnega ljubiteljstva delujejo v funkciji socialne kohezije. Država se premalo zaveda, kaj pomeni udejstvovanje starejših v kulturi in umetnosti za vso družbo in za starejšega samega. Kako takšno udejstvovanje pripomore h kvaliteti njihovega življenja in življenja drugih generacij. Umetniško ustvarjanje je brezmejno. Pri kulturnih društvih gre za najbolj razvejano kulturno mrežo. Mnoga društva delujejo že stoletje in so globoko zakoreninjena v svojih okoljih. Le redkokdaj v tem dolgem obdobju so uživala podporo in priznanje aktualne politike, a uničiti jih nikoli niso mogli.

Milan Pavliha, Ljubljana

Izkušnje in posledice epidemije Covid-19

V času epidemije smo lahko večkrat slišali besede, kot so: nič več ne bo tako kot je bilo, navaditi se bomo morali na novo realnost vsakdanjega življenja, duševno zdravje prebivalstva se je drastično poslabšalo in celo - uživajte, dokler še lahko! Za potrebe nadaljnjih raziskav sem analizirala negativne in pozitivne izkušnje posledic epidemije Covid – 19, ki jih v nadaljevanju podrobneje predstavljam.

Negativne izkušnje: domovi institucionalne oskrbe so arhitektonsko zastareli, neprilagojeni na posebne razmere kot je epidemija; dodatno razkrite neustreznosti standardov in normativov v dejavnosti nege in oskrbe; podcenjenost kadrov v tej dejavnosti in njihovo izjemno pomanjkanje; pojavi diskriminacije v (ne)dostopnosti do bolnišnične zdravstvene oskrbe; šibkosti zdravstvenega sistema tudi na primarni ravni s povečanjem čakalnih dob in slabo

dostopnostjo; visok delež umrlih med starejšimi; zaprtost in izolacija porajata vprašanja o avtonomnosti in samostojnosti starejših ter uživanja enakih pravic z ostalimi starostnimi skupinami; porast osamljenosti ter posledice le-te na fizičnem in psihičnem zdravju; časovna omejitev starejših za opravljanje nakupov (hitro odpravljena); oskrba starejših, ki bivajo sami doma je ostala na ramenih prostovoljcev in humanitarnih organizacij ter organizacij civilne

zaščite v lokalnih skupnostih, nezmožnost druženja pa je ohromila delovanje društev.

Pozitivne izkušnje: povečanje uporabe digitalne informacijske tehnologije, programov in orodij; prepoznavanje vloge in dragocenosti prostovoljstva ter povezav med različnimi starostnimi skupinami; utrjevanje sodelovanja med različnimi akterji na področju nege in oskrbe v vsakdanji praksi; povečanje pritiskov na zdravstveni sistem za iskanje smotrniških rešitev; prilagajanje prostorov v domovih za potrebe diferencirane oskrbe in bivanja glede na zdravstveno stanje; takojšen pristop k deinstitucionalizaciji in širjenju kapacitet dolgoročne oskrbe; pospešeno delo pri

sprejemanju Zakona o dolgotrajni oskrbi in končni sprejem; povečanje proračunskih sredstev za plače negovalcev; dvig splošne ozaveščenosti o pomenu duševnega zdravja in počutja posebej starejših in najmlajših starostnih skupin; povečanje solidarnosti med mladimi in starejšimi ob prepoznavanju skupnih izzivov; podpora mladim s strani starejših v prizadevanjih za ohranjanje okolja, v borbi proti podnebnim spremembam in v zahtevah po enakem obravnavanju v ukrepu finančnih prejemkov za eksistenčno vzdržnost v času epidemije. V celotnem obdobju zapor, prepovedi in izolacij je uspešno deloval program Starejši za starejše ki deluje pod okriljem

ZDUS, v katerem 3500 prostovoljcev letno obišče preko 60 000 vrstnikov, ki živijo sami doma, eni tretjini od teh pa zagotovi tudi potrebno pomoč. Z delom so nadaljevali tudi med epidemijo v enakem obsegu, le svoje pristope so prilagodili pri ohranjanju socialnih stikov ob ukrepih in omejitvah NIJZ. Predvsem so se osredotočili na telefonske razgovore, e-maile, Skype povezavo, dostavo ali organizacijo dostave hrane, zdravil in drugih potrebščin, ohranjali obiskovanje kjer in kadar je bilo to mogoče, se sprehodili s svojimi oskrbovanci in jim pomagali premagovati osamljenost ter poskrbeli tudi za psihično sprostitev.

Jožica Puhar, podpredsednica

Obisk pri Zagrebških upokojencih

V glavnem mestu Republike Hrvaške Zagrebu, so v petek, 18. marca obeležili 50 letnico delovanja »Matice umirovljenika,« ki je bila ustanovljena leta 1972. »Pravzaprav gre za svojstven paradoks, saj združenje zagrebških upokojencev deluje že od leta 1924, organizirano pa od leta 1947, čeprav o delu pred letom 1972 ne obstajajo pisni dokumenti,« je uvodoma dejala predsednica Matice, Đurđa Novaković.

Na prireditve ob okroglem jubileju smo bili povabljeni tudi mi, saj dobro sodelujemo s hrvaškimi upokojenci in z njihovo krovno organizacijo ter njeno predsednico Višnjo Fortuna. Na pot proti Zagrebu smo se odpravili Vida Bogataj, predsednik PZDU Ljubljana z okolico Janez Čepelj, predsednik DU Borovnica Andrej Ocepek in avtor prispevka.

Organizatorji so pripravili lep in pester program z nastopom tamburaškega orkestra glasbene šole Zlatko Grgošević iz Sestvetja in mešanega pevskega zbora mestnih upokojencev. Predsednica Đurđa Novaković je v nagovoru pozdravila vse goste zbrane v večnamenski dvorani hrvaškega podjetja Chromos in predstavila prvo knjižno publikacijo o zgodovini združevanja in dela zagrebških upokojencev. Knjižno monografijo je kasneje podrobneje predstavila tudi njena urednica, Tamara Čubretović. V kulturnem programu, ki se je spretno dotikal vseh por upokojenskega življenja, so izmenjale, ob pesmi in besedi sledili utrinki minulih desetletij.

Predsednica Novakovićeva se nam je zahvalila za obisk in pozvala za govor-



Janez Čepelj je izročil darilo predsednici Đurđici.

niški oder predsednika PZDU Ljubljana z okolico, Janeza Čepelja.

»Vesel sem, da tudi Ljubljanski in drugi slovenski upokojenci danes praznujemo z vami, zato se vam iskreno zahvaljujem za vabilo, ki ste nam ga poslali. Seveda nismo prišli praznih rok. S seboj smo prinesli obilico dobre volje in pripravljenost, da z vami delimo izkušnje in znanje. Spodobi pa se, da izročimo tudi nekaj praktičnega, zato vam, spoštovana predsednica Đurđa Novaković, izročam čudovito umetniško sliko ene naših likovnic, narejeno v času likovne kolonije Izola 2015, ki jo

je avtorica poimenovala V marini, in pa še čudovit »pušelj« rožic naših spretnih rokodelk, ki znajo iz navadnega papirja narediti cvetice, ki nikdar ne ovenejo,« je dejal predsednik Čepelj. Sledila je izmenjava daril, vsak od nas pa je prejel po en izvod monografije o nastajanju Matice umirovljenika.

Program, ki ni bil ne predolg, ne prekratek, smo po končanem kosilu in druženju v restavraciji Casablanca sklenili z obljubo, da se prihodnjič srečamo pri nas, v Ljubljani, in da okrepimo prijateljske vezi v eni od ljubljanskih restavracij ali gostiln.

Besedilo in foto, Črt Kanoni

Starejši potrebujejo dostop do usposabljanj za boljše in zdravo življenje

Platforma nevladnih organizacij Sloga pripravlja posebno izdajo publikacije z naslovom "Evropske perspektive implementacije Agende 2030" o izvajanju opredeljenih ciljev trajnostnega razvoja. ZDUS se je na povabilo odzvala in pripravila prispevek na temo »Vsem enakopravno zagotoviti kakovostno izobrazbo ter spodbujati možnosti vseživljenjskega učenja za vsakogar«.

Poročilo o trajnostnem razvoju za 2021 za države OECD, omenja vztrajanje neenakosti pri dostopu do izobraževanja. Kazalnik vključenosti odraslih v izobraževanje je, tako za EU kot za Slovenijo, pokazal nazadovanje v primerjavi s preteklim letom. V ZDUS pa smo izpostavili, da se podatki o dostopnosti do izobraževanja in vseživljenjskega učenja po 65 letu starosti ne spremljajo. Pandemija je izključenost starejših iz družbe zaradi omejenih možnosti dostopa do znanj za uporabo digitalnih storitev (e-zdravstvo,

e-bančništvo, e-uprava, spletno nakupovanje itd) kot tudi dostopa do digitalne opreme še povečala. V prispevku smo predlagali, da se dodatno spremlja tudi izključenost starejših pri dostopu do izobraževanja in digitalnih znanj, ker njihovo pomanjkanje vpliva tudi na večje tveganje za revščino.

Nobenega dvoma ni, da izobraževanje in usposabljanje sodita med osnovne človekove pravice, ki veljajo za celotno življenje (z leti ne izgubljajo na pomembnosti), govorimo o vseživljenjskem učenju ter aktivnem in dostojanstvenem staranju, zato je pomembno, da ne omejujemo dostopa do znanja z določanjem starostne meje. Poročilo o razvoju, ki spremlja Strategijo razvoja Slovenije 2030, za leto 2021 izpostavlja pomanjkljive spretnosti prebivalstva in nizke vključenosti v vseživljenjsko učenje. Izobraževanja in usposabljanja vključena v Strategijo 2030 merijo kompetence udeležencev le do starosti 65 let, digitalne spretnos-

ti pa se statistično spremljajo le do starosti 74 let, kar v praksi pomeni omejevanje dostopa do določene storitve ali dobrine. Kot konkreten primer lahko navedemo v letu 2022 sprejeti **Zakon o spodbujanju digitalne vključenosti**, v katerem je predvideno doseganje enega izmed ciljev: **pridobivanje in dvig ravni osnovnih digitalnih kompetenc prebivalstva**, tako da ima osnovne digitalne kompetence do leta 2028 vsaj 80 % prebivalstva v Republiki Sloveniji, v starosti od 16 do 74 let. Za Slovenijo prihodnosti je zato pomembno, da razvija izobraževanja in usposabljanja za starejše od 65 let, ker se prebivalstvo stara in ker želimo, da starejši ohranjajo svojo samostojnost in jih čim več, če to želijo, živi v svojem domu. Digitalna znanja in kompetence starejših od 65 let postajajo ključnega pomena za obvladovanje vsakdanjega življenja; dostop do zdravnika, banke, trgovine, aktivnega in zdravega staranja ter nenazadnje povezanosti. ZDUS v prispevku nadalje predlaga, da je potrebno omogočiti dostop do izobraževanja tudi starejšim od 74 let. To smo izpostavili tudi v pripombah k novemu Zakonu o spodbujanju digitalne vključenosti, kar je tudi v sozvočju s predlogom Resolucije o Nacionalnem programu izobraževanja odraslih v RS 2022–2030, le-ta uvaja novo ciljno skupino starejši od 65 let. MIZŠ jo je utemeljilo tako, da ljudje potrebujejo dejavno staranje po upokojitvi in številne socialne vloge, ki naj jih povežejo z drugimi generacijami. Resolucija je še (vedno) v postopku sprejema. Slovenija mora Resolucijo sprejeti in začeti z izvajanjem čim prej, da vključi starejše od 65 let v ustrezna izobraževanja s ciljem kakovostnega vsakdanjega življenja (nove tehnologije, promet, upravni postopki, uporaba računalnikov itd.), sodelovanje, oz. nadaljevanje dosedanjega dela oziroma nova kariera in medgeneracijsko sodelovanje. Pri tem pa naj sodelujejo deležniki s področja izobraževanja, sociale, zdravstva, gospodarstva in politike. In nenazadnje, finančni vložki v izobraževanje in usposabljanje starejših od 65 let niso stroški za družbo ampak investicija; ker so ljudje bolj zdravi, srečni in samostojni.

Mateja Strašek, foto iStock



Obljube ali dejanja, kaj šteje več?

Kot evropska poslanka sem vam, dragi bralci, v preteklosti poskušala predstaviti predvsem aktualne vsebine iz Evropskega parlamenta. V Bruslju čedalje več pozornosti namenjamo starejšim, če se z demografijo pred nekaj leti sploh nismo ukvarjali, je danes drugače. Eden od razlogov je zagotovo tudi epidemija Covid - 19, ki je tako po Sloveniji kot po celotnem svetu povzročila veliko skrbi in trpljenja.

Danes pa bom namesto o evropskih temah spregovorila o Sloveniji! Ves čas se namreč vzporedno z evropskim delom ukvarjam tudi s pokojninami, demografskimi izzivi in ukrepi za upokojujence v Sloveniji. Spremljam analize in raziskave ter sodelujem pri pripravi zakonodaje. Nova pokojninska reforma je pred vrati in zagotavljam vam, da se nimate česa bati. Seveda vas bodo nekateri hoteli prepričati nasprotno, a prosim, ne verjemite jim. Prav gotovo bodo pokojnine predvolilna tema, upokojujenci boste še posebej zaželeni sogovorniki. Verjetno se spomnite obljub o minimalni pokojnini v višini 1000 evrov, zagotovil o novih domovih in desetletju govorjenja o ureditvi dolgotrajne oskrbe. Polno praznih besed, bi lahko rekli. **So politiki, ki obljubljajo in politiki, ki naredijo! Kaj šteje več?** Vlada je v zadnjih dveh letih za upokojujence naredila ogromno. Takoj ob pričetku krize ste prejeli solidarnostni dodatek. To so nam nekateri celo očitali, češ, da upokojujenci tega ne potrebujejo, a v največji vladni stranki SDS v zvezi s tem nimamo takih pomislekov. Skrb za starejše je za nas zelo pomembna. Tako za upokojujence kot tudi vse druge, bomo lahko naredili največ, če bomo omogočili, da naša podjetja delajo dobro. Visoka zaposlenost namreč pomeni višje pokojnine. Pretekli dve leti nista bili lahki. Zaprtje panog, težave v gospodarstvu, padec standarda, vse to je mnoge potisnilo v hudo stisko.

Na srečo so učinkoviti vladni ukrepi preprečili, da bi v Sloveniji zdrsnili pregloboko. Iz krize smo se izvlekli hitreje kot druge evropske države. Po oceni revije The Economist, smo po uspešnosti celo na drugem mestu. Ključno je bilo, da smo ukrepali hitro in da je šel denar neposredno ljudem in ne bankam, kot se je dogajalo nekoč.

Večkratno redno in izredno usklajevanje pokojnin, popravki krivic, nekatere sistemske spremembe, spremembe pri odmernih odstotkih, novosti na področju dela upokojujencev ter izredni solidarnostni dodatki, vse to je olajšalo življenje marsikateremu upokojujencu. Še posebej pa sem ponosna na sprejetje Zakona o dolgotrajni oskrbi. Po dolgih letih smo, kot zadnji v EU, kljub nasprotovanju nekaterih, končno tudi v Sloveniji prišli do zakona, ki pomeni tektonski premik na področju dolgotrajne oskrbe. Da ne govorim o začetku gradnje novih domov za starejše in sodobnih medgeneracijskih centrih. Na voljo je tudi ogromno evropskih sredstev za projekte namenjene starejšim. Zato z žalostjo spremljam, kako želijo nekateri vse to zanikati in omalovaževati. Imeli so desetletja priložnosti, a niso znali ali celoniso hoteli. Češ, saj upokojujenci so naivni in bodo pozabili, da večine obljub nismo izpolnili. Ne samo z žalostjo, ampak z grozo poslušam, kako si prenovo pokojninskega sistema predstavljajo nekatere nove stranke, ki brez programa in vizije, zato pa toliko bolj samozavestno in prepotentno, vstopajo v slovenski politični prostor. Oprostite, ampak zdi se, kot da nimajo pojma kaj govorijo, vsaj na pokojninskem področju ne, kaj šele na drugih področjih. To je neodgovorno in nevarno. Človek se v življenju marsikaj nauči in z leti postane bolj previden in moder. Ko boste na letošnjih volitvah odločali o tem, komu boste zaupali prihodnost pokojninskega sistema, oblikovanje mreže dolgotrajne oskrbe, gradnjo domov za starejše, po-



mislite na svoje izkušnje, svojo modrost. Morda stranke vladajoče koalicije niso vaša prva izbira in ne veste kaj narediti. Ne očitajte si, nikomur ni potrebno polagati računov ali razlagati, kako boste volili. Odločite se tako kot veste, da bo za vas, vaše otroke in vnuke najboljše. Odločite se na podlagi dejanj, ne na podlagi obljub. Naj vas ob koncu vendarle spomnim tudi na to, kako dragoceno je življenje in kako dragocen je mir. Na ozemlju Evrope divja vojna, česar si še pred nekaj tedni nismo mogli niti predstavljati. Počutimo se nemočne, a pomagamo po najboljših močeh.

V upanju, da se ta predrzna agresija čim prej konča, da bi ljudje v Ukrajini s čim manj trpljenja ponovno zaživel v miru in da v Sloveniji ostanemo varni in zdravi, vas lepo pozdravljam,

Romana Tomc

Program Starejši za starejše v Pomurju

Pomurska PZDU je že od samega zagona programa Starejši za starejše poleg. Prva društva vključena v program so bila: DU Murska Sobota, Gornja Radgona, Ljutomer, Beltinci, nato so sledila še druga. Trenutno je v program vključenih 14 DU, ki pokrivajo (delno ali v celoti) 11 pomurskih občin. V številkah to predstavlja več kot polovico starejših v pokrajini, saj so aktivne vse velike občine. Murska Sobota, Gornja Radgona, Ljutomer, Lendava, Beltinci in Puconci. Najbolj pa nas moti, da program ne deluje v društvih na Goričkem, kjer veliko starejših živi samih.

V teh društvih preprosto ni ljudi, ki bi prevzeli vajeti programa, še posebej zato, ker niso računalniško usposobljeni. V Pomurju imamo usposobljenih nekaj čez dvesto prostovoljcev. Lani je bilo aktivnih 158, nekateri so prenehali zaradi starosti, drugi pa zaradi bolezni in epidemije, na žalost pa smo med njimi imeli tudi smrtne primere. Vsako društvo ima tudi društvenega koordinatorja, ki vodi program in usmerja delo. Tam, kjer so ti zavzeti in dobro sodelujejo s prostovoljci, delo poteka dobro, zato je še kako nujno, da ima vsak od njih svojega namestnika, če ta iz kakršnihkoli vzrokov ne more delati, da program nemoteno teče dalje. Prav zaradi bolezni in pozneje smrti dobre koordinatorke v DU Sveti Jurij ob Ščavnici, je delo na program v društvu začasno zamrznjeno, ker nimajo namestnika.

Med prvimi društvi ki so pristopila k programu je bilo DU Murska Sobota, kjer je bila vrsto let zelo zavzeta društvena koordinatorica, žal lani umrla, Marija Horvat. Skupaj s prostovoljkami je postavila temelje za delo, ki ga je pozneje nadaljevala koordinatorica Vera Horvat, z letošnjim letom pa ga prev-

zema Helena Frumen. Obe, tako Marija in Vera, sta za svoje delo prejeli priznanje. **Prva s strani takratnega predsednika države Danila Turka ob mednarodnem dnevu prostovoljstva leta 2012, druga pa leta 2018 kot »Naj prostovoljka Mestne občine Murska Sobota«.** Lani je bila v akciji »Dobri človek 2020« v izboru revije Naša žena izbrana prostovoljka DU Murska Sobota Irena Šrajner, društvo pa je prejelo občinsko priznanje »Naj prostovoljno društvo v MO Murska Sobota v letu 2013.«

Tudi drugod kjer program poteka nemoteno, so v lokalnem okolju prepoznali rezultate dela in prostovoljkam izrekli pisna ali ustna priznanja na ravni društev in lokalnih skupnosti. Z vsebino programov se občasno pojavljamo tudi v občinskih glasilih in tako informiramo javnost o našem delu. Delo na programu v Pomurju je različno od društva do društva, zelo pomembno pa je, da prostovoljci vzpostavijo pristen odnos s starejšimi v svojem okolju, se z njimi pogovarjajo, jim pomagajo pri opravilih, kot prevoz do zdravnika, dostava zdravil, hrane, paketov ipd., najbolj pomembno pa je druženje, ki starejšim ki živijo sami, krajšajo oziroma polepšajo njihov vsakdan. Zanimiva je izjava ene od prostovoljk, ki mi je pred kratkim rekla, da ji uporabnica pravi. **Pridite k meni, da se bova pogovarjali, da ne bom pozabila govoriti!** Nekatere izmed prostovoljk v pokrajini so prevzele tudi take obveznosti, da se dobijo s starejšimi večkrat na mesec ali celo tedensko in jim je taka skrb zlezla pod kožo, med uporabniki in prostovoljci pa so se stkale posebne, prijateljske vezi.

Ob izbruhu epidemije smo bili pred dilemo; kaj pa zdaj, ko se ne smemo družiti!? In prav druženje je najbolj pomembno pri



Prostovoljke DU Beltinci na srečanju v Nedelici skupaj z Rožco Šonc.

našem programu. Bili smo v veliki stiski kako naprej, vendar tudi tu so se naše prostovoljke znašle. Veliko je bilo kontaktov preko telefonov, nekaj elektronskih sporočil pa tudi brezstičnih kontaktov preko ograj, pogovorov na stopnicah, pa tudi nekaj obiskov, seveda pri takih, pri katerih so bili fizični stiki vzpostavljeni že pred Covidom. Več stvari je bilo opravljenih v poletnih mesecih, ko je glede okužb vladalo zatišje. Vse pa smo izvajali v skladu z navodili NIJZ. Kar pa smo v teh zadnjih dveh letih zares pogrešali, je bil objem, stisk roke, in upam, da se bodo časi ko bo to mogoče, čim prej vrnili.

Na krovni in pokrajinski ravni za prostovoljke vsako leto poteka izobraževanje. Izobraževanje za nove prostovoljke, kot tudi tiste, ki delajo že dalj časa. Vsebine ki jih pripravimo so različne. Predvsem pa take, da so prostovoljkam pri njihovem delu in razumevanju starejših v pomoč. Vsako leto pripravimo tudi srečanja, zadnja leta tradicionalno v Gostilni Pri Studencu v Nedelici, kjer pripravimo strokovni del in kosilo z druženjem. Na teh srečanjih smo prostovoljkam že predstavili delo Centrov za socialno delo, kako prepoznati demenco pri starejših, pravice starejših in druga pereča vprašanja. Ta srečanja prostovoljkam veliko pomenijo. Rade se družijo, rade si izmenjujejo mnenja in druga drugi svetujejo, kako biti dober prostovoljec. Sem pa v skrbeh glede pridobivanja novih moči. Glede na upad osebnih stikov med člani društev je tudi rekrutiranje zastalo. Prav pridobivanje in usposabljanje novih prostovoljk v društvih je naloga, ki ji moramo po končani epidemiji posvetiti večjo pozornost. Kaj pomeni prostovoljstvo, kako priti med prostovoljce, kako dobro delati kot prostovoljec... vse to so naloge, ki jim moramo nameniti poseben poudarek pri pridobivanju novih prostovoljk. Celotna naša družba je v času epidemije spoznala, kaj pomeni človek človeku, kaj pomeni prostovoljec ki pomaga pomoči potrebnemu, pa naj gre za mlade ali starejše. Pomembno je, da človeku pomagamo. **Družba kot celota mora to prepoznati in prostovoljce umestiti kot pomemben del socialnega varstva in družbe na sploh..**

ti in prostovoljce umestiti kot pomemben del socialnega varstva in družbe na sploh..

V svoji aktivni delovni dobi, ki sem jo večino prebila med starejšimi, sem vedno poudarjala, da mora s starejšimi delati le tisti, ki starejše sprejema, jih ima rad in jih razume, ki razume njihovo razmišljanje in njihove težave. In prav tak mora biti tudi sleherni prostovoljec! Vsi ki delamo v prostovoljstvu dajemo veliko, še več pa prejemamo od starejših in okolja v katerem delamo. Veliko nam pomeni zadovoljstvo naših uporabnikov, njihovi nasveti, njihova razmišljanja, veliko nam pomeni priznanje svojcev, lokalnih skupnosti in vseh, ki so v te odnose vključeni. Spoznavamo pa tudi to, da mi sedaj pomagamo starejšim, ko pa bomo pomoč potrebovali mi, bomo take pomoči deležni s strani novih prostovoljcev. In prav zato moramo skrbeti, da pridobivamo nove moči, da bo program Starejši za starejše obstal v našem prostoru.

Vijola Bertalanič, Pokrajinska koordinatorica za Pomurje

DU Murska Sobota

V socialne programe je v našem društvu vključenih 25 prostovoljk. Razmere, v katere nas je pahnila epidemija, so narekemale drugačen pristop do dela. Kljub zaostrenim razmeram pa smo opravili približno 3000 ur prostovoljskega dela.

Zavedamo se, da nas starejši potrebujejo, rabijo naš nasmeh, prijazno besedo, tudi objem (ki pa do danes ni bil mogoč). Precej pogovorov je bilo opravljenih po telefonu, prostovoljke pa se niso ustrašile tega virusa. Po navodilih NIJZ-ja smo tekoče opravljali svoje aktivnosti. Najbolj srečne so bile tiste, ki smo jih obiskali ob materinskem dnevu in ob božiču in jih obdarovali. Obiskali smo 228 posameznikov in posameznikov. Osebnosti so bili bolj redki. Sprejeli so nas pri vratih, toda mar-



Prostovoljke DU Kapela v novih jaknah.

sikoga je osrečila že prijazna beseda, iskren nasmeš. Za vse te obiske, še posebej ob materinskem dnevu in ob koncu leta, smo prostovoljke izdelale čestitke in ob pomoči društva pripravile skromna darilca, ki so bila lepo sprejeta. Pomemben je bil zlasti namen!

Najbolj ogroženim smo razdelili 100 paketov pomoči, ki smo jih dobili od Rdečega križa. Posebej požrtvovalne so bile prostovoljke, ki so kljub epidemiji delovale pri asistenci v Splošni bolnišnici Murska Sobota (delale so na INFO točki, pri usmerjanju bolnikov in pri razlagi določenih navodil.) Naše prostovoljke so opravile še veliko več! Pomagale so pri nabavi in dostavi življenjskih potrebščin, zdravil, hrane. Osebnostne stike, kot denimo anketiranje **Starejši za višjo kakovost življenja doma**, smo opravili v poletnem času, ko razmere niso bile tako kritične. Opravili pa smo kar 169 anket pri osebah, ki so dopolnile 69 let. Upamo, da bo slej ko prej situacija znova postala znosna in bomo prostovoljke lahko spet objele naše upokojence in z njimi poklepetale. Tako prostovoljke ob humanem delu ki ga opravljamo, osebno rastemo in si pridobivamo dragocene izkušnje.

Koordinatorica SZS, Helena Frumen

Večkrat ni potrebna samo dobra volja, pomembnejša je vztrajnost

Iz zgodnjega otroštva hranim v spominu podobo mladega učitelja-tovariša, ki je začel poučevati v našem razredu. Bil je moj najljubši osnovnošolski učitelj. Izjemno aktiven je bil. Poleg pedagoškega poklica je bil dejaven na številnih področjih, od športa do kulture. Vodil je številne krožke in dosegal izjemne uspehe. Na podlagi tekmovalnih rezultatov je prejel tudi številne nagrade za najboljšega mentorja.

Spet sva se srečala ob 50 obletnici Osnovne šole. Že nekaj časa sem upokojenka, pa tudi prostovoljka v programu SzS. Iz njegovega pripovedovanja sem zaslutila stisko in osamljenost. Hotela sem prevzeti del njegove "teže", vendar moje pomoči ni sprejel. **"K meni lahko prideš kadar koli na kavico, seveda če prej pokličeš, saj sem lahko na svojih deloviščih: na vrtu, v sadovnjaku, na njivi...podpisujem pa nobenih anket in z ženo ne potrebuje nobene pomoči."** Nisem se pustila odgnati. Kljub temu sem ju obiskovala 2x letno, kar tako, slučajno. Informacije sem dobila pri prijateljih in sorodnikih, ki so mi povedali da je zadnje čase pogosto v bolnišnici. Če ne zaradi sebe, potem obiskuje ženo ali hčerko. Prišlo je obdobje velike žalosti in takrat sta z ženo želela biti sama s svojo bolečino. Po dolgotrajni in težki bolezni jima je umrla hčerka. Kaj je hujšega za starše če izgubijo otroka? Žena si nikoli ni opomogla, čez nekaj mesecev ga je za vedno zapustila tudi ona.

Želela sem ga obiskati, pred pogrebom njegove življenjske družice. Nisem vstopila, le skozi okno sem ga opazovala vsega skrušenega, ko je nemo objemal ženino sliko. V takih razmerah sem odpovedala. Vrnila sem se čez nekaj mesecev, ko je minila ostrina žalovanja. Moji obiski so postali rutina in nastali so zanimivi pogovori tudi o mnogih knjigah, ki jih je napisal. Obudili so se lepi spomini in vedno bolj sem se zavedala kako pomembno je, da osebi ki je na dnu ponudiš roko, da zmore vstati in znova zaživeti. Kot prostovoljka programa, sem neizmerno hvaležna za notranjo moč in vztrajnost in sem pustila času čas, ter gradila odnose na spoštovanju in zaupanju. To se mi je obrestovalo. Kadar ga obiščem sva vedno vesela drug drugega. Prinesem

mu kakšne novice od zunaj, saj najbolj razveselijo tiste iz lokalnega okolja. Sama pa rada poslušam zgodbe iz njegove mladosti, saj teh zares ni bilo malo. Kot prostovoljka pa imam vselej pred očmi, kaj pomeni dobra komunikacija, ki zmore graditi dobre odnose med ljudmi, ali pa jih ruši. Že skoraj dve leti doživljamo težke čase zaradi Covida 19, pa kljub različnim ukrepom, ki jih predpisuje država moramo ohraniti odnose s starejšimi, posebej s tistimi, ki živijo sami, da jih občasno pokličemo ali pa napišemo kakšno spodbudno misel, da mislimo nanje in jih vprašamo, če kaj potrebujejo. Pomembno je, da ne pozabimo drug na drugega. Naj končam z mislijo:

"Za vsakega mora obstajati nekdo, ki ga razume in posluša, ko mu je zamrznjena duša in mu je v srcu slabo. Nekdo kateremu lahko zaupa tudi tiste težave, ki bi jih najraje izbrisal iz glave....."(pesnik-pisatelj Andrej Rozman - Roza).

Prostovoljka programa SzS DU Beltinci

SzS v DU Lendava

Naše društvo je s projektom **Starejši za boljšo kakovost življenja doma** pod vodstvom Katice Šömen pristopilo v program Starejši za starejše, saj smo prostovoljke in prostovoljci vsako leto obiskovali vse občane, ki so dopolnili 69 let. V tem času smo opravili nešteto anket, individualnih razgovorov in na osnovi posameznih ugotovitev pomagali prebroditi marsikatero stisko starejše osebe. V številnih primerih smo nekaterim pomagali tako, da smo opravili prevoz k zdravniku, trgovino, lekarno po zdravila in podobno. Ob vseh teh aktivnostih bi izpostavila kot posebnega, dogodek, ko nas je prostovoljka iz vasi Čentiba obvestila o problematičnem položaju starejše gospe, ki je živela v hiši povsem sama, otrok pa ni imela. Z vodjo projekta smo gospo obiskale in se pogovorile o možnosti namestitve v DSO Lendava. Ta je predlog takoj odklonila, saj ni želela zapustiti svojega skromnega doma. V razgovoru pa je privolila, da ji prostore pospravimo in prepleskamo.

Tako je stekla delovna akcija v katero smo vključili Krajevno skupnost, ki je kupila barvo in nam dodelila mlajšo osebo za pomoč pri pleskanju. **V akcijo smo bile vključene tri prostovoljke in en član Društva za pomoč ljudem v stiski, ZARJA - Lendava.** Očistili in prepleskali smo bivalni prostor v njeni stari hiši, izpostaviti pa moram, da se je gospa z vsem kar smo uredili strinjala, ni pa nam pustila, da ji novo, primernejšo posteljo. Želela je, da njena postelja nameščena na zidakih ostane taka kot je, čeprav ni bila primerna zanjo in to ji je veliko pomenilo. Naš celodnevni trud je bil poplačan z neverjetno hvaležnostjo in neizmerno srečo. Naj omenim še en primer, ki so ga zaznale ob rednem obisku naše prostovoljke. Prav tako starejša gospa, ki živi v hiši sama, v njej ni imela vodovodnega priključka! **O tem smo obvestili Občino Lendava in z razumevanjem takratnega župana je v kratkem času omenjena gospa dobila priključek s pitno vodo!** Ob vsem tem, ko ljudem na takšen ali drugačen način priskočimo na pomoč, smo v društvu veseli, še posebej pa naše prostovoljke in prostovoljci. Seveda so to samo drobci iz celotnega mozaika našega dela in na te smo ponosni. Žalosti nas pa to, da marsikdaj mnogokaj ni v naši moči, da bi ljudem pomagali, ker je naša socialna politika ob nizkih pokojninah, čakalnih vrstah v zdravstvu, osamljenosti doma med štirimi stenami, visokih oskrbninah v domovih za starejše, taka kot je.

Dragica Marič, prostovoljka DU Lendava

Gledališčniki DU Lendava znova na odru

Gledališka skupina Kofetarji, ki deluje v okviru Društva upokojencev Lendava, je sredi februarja v lendavski gledališki in koncertni dvorani premierno uprizorila gledališko predstavo z naslovom Vsakemu svoje.

Gre za lahkotno komedijo, ki govori o upokojencih, njihovih težavah ter veselih trenutkih. Režiser predstave, ki je tudi poskrbel za priredbo besedila je Miha Štampah, avtor besedila pa Peter Rezman. V vlogi vdove Zofke nastopa Jerica Trojak, Lover boy Lojze pa je Aleksander Marič. Igrajo še: Sonja Kotnjek, Štefan Žerdin, Anica Varga, Ivo Paušič, Gabi Peček, Marija Varga in Matilda Karba. Koordinatorica priprave predstave je bila Štefaniya Feher, maskerka pa Sandra Feher. Za sceno in kostume sta poskrbela Matilda Karba in Miha Štampah, za koreografijo Eva Nač, za ton in luč pa Nikolaj Bažika in Ludvik Gönc. Grafično oblikovanje promocijskega gradiva pa je delo Doris Solarič.

Gledališka komedija Vsakemu svoje je ogledalo današnjega časa. Govori o lju-



bezni med starejšim parom, ki se spozna v Izoli in si zaželi malce bližine. Lojze se preseli v Lendavo k Zofki. Izkaže pa se, da moški ni tisto, za kar se predstavlja, temveč je slepar. Režiser predstave Miha Štampah je povedal, da mu je bilo veselje delati z upokojenci, ki so veliki ljubitelji gledališča in se trudijo, da bi bile predstave čim bolj zanimive za gledalce. Takšni upokojenci so zaradi svoje predanosti, vztrajnosti in

timskega dela mnogim lahko zgled. Enako pa velja tudi za vso ostalo ekipo, ki je sodelovala pri predstavi. Pred predstavo je obiskovalce nagovoril predsednik Društva upokojencev Lendava Aleksander Varga, ki je spomnil, da je gledališka skupina v štirinajstih letih delovanja uprizorila že veliko gledaliških predstav za odrasle in skečev, pa tudi pravljice za otroke.

Besedilo in foto, Jože Gabor Vestnik MS

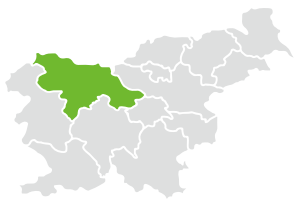
Naj nam bo toplo

Komisija za tehnično kulturo pri Zvezi društev upokojencev Slovenije je jeseni 2021 razpisala natečaj Naj nam bo toplo z namenom, da rokodelci in rokodelke v društvih upokojencev z volno, ki jo prispeva ZDUS, naredijo izdelek ali več izdelkov in jih podarijo izbranemu upokojencu ali upokojenki v svojem okolju.

Iz Društva upokojencev Sevnica se je na Razpis prijavila **Irena Hribar** in bila tudi izbrana za izdelavo. Njene spretnosti in pridne roke so nakvačkale odejo veliko meter krat meter in spletle kapo in nogavice za invalida Karla Dobriho. Podobne izdelke je naredila tudi za invalidko na vozičku Štefanijo Rutar in še enega invalida na vozičku, Adolfa Jazbinška. V februarju in marcu sta Irena Hribar in Slavka Grilc, koordinatorka programa Starejši za starejše pri Društvu upokojencev Sevnica, obiskale obdarovanka in obdarovanko ter ju razveselile z darilom. Naj jim bo toplo: pod volnenimi izdelki in pri srcu, da ostali upokojenci in upokojenke mislijo na njih in za njih tudi skrbijo.

Besedilo in foto, Irena Hribar





GORENJSKA

V DU Bled imajo veliko dejavnosti, pa tudi želja in načrtov jim ne (z)manjka

Bled velja za enega najlepših krajev na svetu. Veliki slovenski poet France Prešeren je o njem zapisal: "Dežela kranjska nima lepšga kraja, kot je z okol'co ta podoba raja." Prekrasna narava z jezerom in otočkom sredi njega, z gradom in drugimi arhitekturnimi znamenitostmi vsakega obiskovalca očara. Kaj pa domačine? V eni od čudovitih vil sredi Bleda domuje tamkajšnje društvo upokojencev, ki je pred dvema letoma praznovalo 70-letnico. Okoliščine so bile takrat in so še danes takšne, da kakšnega velikega praznovanja ne dovoljujejo, izkoristijo pa v društvu vsako možnost in priložnost za druženje in različne dejavnosti.



Metka Frelih in Bernarda Gašperčič.

Društvo je bilo ustanovljeno leta 1950; najprej je bilo 25 let podružnica Zveze društev upokojencev Radovljica, leta 1975 pa se je osamosvojilo in začelo delovati v svoji stavbi na Ljubljanski cesti 15. Občina Bled je namreč za potrebe društva odkupila močno načeto Olipovo vilo. Ob prevzemu stavbe je takratno vodstvo društva moralo poskrbeti za prenovo, in to z veliko prostovoljnega dela svojih članov, za večje investicije v stavbo pa nikoli ni bilo denarja. Tudi zadnji dve leti ne, ko so nas skoraj ves čas spremljale različne prepovedi in omejitve, dejavnosti v društvu niso zamrle, pravi predsednica Dragica Vesković. Pisarna le krajši čas ni bila odprta, saj se jim je zdelo pomembno, da ohranijo stike s svojimi člani. Nekatere dejavnosti so opravili etapno, druge pa prilagodili razmeram. Tako so na primer ob Prešernovem dnevu, oz. kulturnem prazniku, ko imajo običajno zelo dobro obiskano prireditev, pripravili stenčas, na katerega so nalepili pesmi, ki so jih poslali člani društva – svoje in drugih avtorjev. Lani so prvič imeli tudi bralno značko, kar ni bilo težko, saj je vsak bral doma, poleti pa so uživali v plesih v krogu – malce so se prilagodili, pa je šlo. Tudi tečaj uporabe pametnega telefona so pripravili. Posebej pa je predsednica ponosna na njihove Avgustovske utrinke. Kot

pravi, imajo srečo, da imajo pred hišo dvorišče, na katerem lahko pripravijo pogovorna in druga srečanja in predstavili svoje članice in člane; lani, npr. odlično smučarko Božo Torkar ter vsestransko kulturno ustvarjalko in gledališnico Metko Frelih. Ker društvena hiša stoji ob samem vstopu v mesto, so začeli obnavljati tudi star siv zid, dolg več kot 30 metrov, ki ga zdaj z mladimi in starejšimi likovnimi ustvarjalci pod vodstvom akademske slikarke Lučke Šparovec in v sodelovanju z blejskim medgeneracijskim centrom spreminjajo v galerijo na prostem. Tudi krepitev spomina so imeli, kar vsi potrebujemo. Ko ni bilo mogoče delati v društvu, je mentorica udeležencem poslala naloge in jih je vsak reševal doma. Imeli so še nordijsko hojo, tečaj slovenščine za tujce, tečaje angleščine, nemške urice in še marsikaj bi lahko dodali. Takrat, ko res ni bilo mogoče ničesar početi, pa so obnavljali prostore, ki so zdaj zares lepo urejeni. V kleti so uredili celo delavnico za manjša popravila, ker želijo k delu v društvu pritegniti več moške populacije. Ob ustanovitvi društva članice in člani niso imeli na voljo velikega števila različnih dejavnosti, z leti pa se je nabor širil in zdaj resnično vsak od okoli 600 članov lahko najde nekaj, kar ga veseli in navdušuje. Poleg že omenjenih dejavnosti, ki so delovale tudi v času korone, imajo še glasbeni krožek za poslušanje resne glasbe; svojo literarno-recitatorsko skupino, ki je pripravila že veliko recitalov in celo nekaj krajših iger; pa bralno-glasbene dogodke »Berimo skupaj«. Imajo vezilje, ki se zbirajo enkrat tedensko in naredijo ogromno lepih stvari – ne le za razstave, ampak tudi za različna darila. Novost je izdelovanje mandal. Seveda pa so zelo aktivni tudi na področju športa. Organizirajo pohode, izlete, družabne igre, imajo žensko vokalno skupino in celo ženski klub. Tik pred novim letom so izdali lično knjižico **Vezemo niti, vezemo besede**, v kateri je predstavljena bogata dejavnost njihovih neutrudnih vezilj, v drugem delu pa trije literarni ustvarjalci društva, ki obujajo spomine na svojo mladost. Knjižico je uredila Dragica Vesković, oblikovala pa jo je Eva Remškar. Vsekakor pa ne moremo prezreti njihove vključenosti v projekt Prostofer, niti ne sodelovanja v programu Starejši za starejše.

Tudi želja in načrtov za naprej jim ne manjka, zato boste o njih zagotovo še lahko brali. Danes pa naj tale zapis končam z besedami Dragice Vesković: »Želimo, da nas priznajo, da ne mislijo, da smo tukaj neki starčki in starke, ki mislijo in govorijo samo o tem, kako jih kaj boli in kako imajo slabe pokojnine. Želimo biti aktivni občani in občanke, saj imamo veliko znanja in izkušenj in mislim, da je prav, da se tudi drugi tega zavedajo in da skupaj delamo stvari tako, da bo dobro za vse.«

Slavica Bučan, foto Dragica Vesković

Društvo upokojencev Šenčur aktivno v prizadevanje proti širjenju covid-19

Društvo upokojencev Šenčur je konec lanskega oktobra pred Domom krajanov v Šenčurju organiziralo dan promocije cepljenja proti Covidu-19, oz. ozaveščanju o njem.

Šenčurjani so se odzvali na pobudo Zveze društev upokojencev Slovenije, ki jo je za pomoč pri prizadevanju k izboljšanju takratnega skrb vzbujajočega zdravstvenega položaja ter širitvi ozaveščanja o pomenu cepljenja zaprosil Nacionalni inštitut za javno zdravje. Je že res, da se odloča vsak zase in po svoji vesti, pa vendarle so se v ZDUS odločili, da bodo po svojih močeh pomagali. Med društvi, ki so se odzvala, je bilo tudi DU Šenčur. Predsednik **Ciril Sitar** je pojasnil, da so se za akcijo odločili, ker



Promocija cepljenja proti Covidu 19 v Šenčurju.

je bila precepljenost prebivalstva nizka, število okuženih pa je, tudi v občini Šenčur, raslo. S to akcijo so želeli občane opozoriti na pomen cepljenja za preprečevanje širjenja epidemije. Poleg članov DU, ki so delili promocijsko gradivo, so v akciji sodelovale še štiri upokojene zdravstvene delavke, strokovne razlage in odgovore na vprašanja mimoidočih, ki jih je bilo kar nekaj, pa sta nudili **Monika Ribnikar** in **Zala Marn** s kranjske območne enote Nacionalnega inštituta za javno zdravje. Obiskovalci so nanju naslovili veliko različnih vprašanj povezanih s cepljenjem na splošno, pa tudi s pomisleki v zvezi z njim. Za cepljenje sta jih poskušali prepričati z argumenti ter jim svetovali, naj zaupajo stroki, natančne informacije o cepljenju in drugih preventivnih ukrepih pa lahko poiščejo tudi spletni strani **cepimose.si**. Udeležence akcije sta obiskala in pohvalila za njihovo prizadevanje tudi šenčurski župan **Ciril Kozjek** ter predsednik Zveze društev upokojencev Slovenije, **Janez Sušnik**.

Slavica Bučan, foto Franci Erzin

V DU Tržič sta se prepletala veselje in hvaležnost

Društvo upokojencev Tržič je lani julija s kopalnim izletom na morje začelo različne oblike druženja svojih članov in članic. Ena takih tradicionalnih oblik je tudi vsakoletni piknik. V letu 2020 ga zaradi protikoronskih ukrepov niso organizirali, lani pa se je ob začasnem rahljanju ukrepov piknika udeležilo kar precej članic in članov. Športne igre,

malico, živo glasbo in ples so povezali tudi s podelitvijo zahval in priznanj.

Že dobrih deset let v društvu izvajajo program Starejši za starejše, kjer njihove prostovoljke in prostovoljci ugotavljajo, da je kar precej občanov in občank, ki komaj shajajo s svojimi pokojninami. V sodelovanju z Lions klubom Golf Bled, Rotary klubom Tržič Naklo in Tržiškimi muzejem za božično-novoletne praznike obdarujejo vsako leto več starejših. Zato so se jim ob tej priložnosti zahvalili za njihovo denarno pomoč. Še posebna zahvala velja Teji Podlipnik, Jeleni Vilfan in Jani Babšek, ki se vsako leto izredno potrudijo pri organizaciji dražbe slaščic, katere del denarja gre za starejše.

Tudi priznanja pomenijo zahvalo društva posameznim članom, ki že leta sodelujejo v različnih društvenih dejavnostih. Lani so jih prejeli Marija Erlah za prizadevno delo na finančnem področju, Miro Meglič za dolgoletno delo v namiznoteniški komisiji in Franci Dobre za dolgoletno delo v teniški komisiji.

Po zapisu članice DU Tržič in nekdanje predsednice Zvonke Pretnar, priredila Slavica Bučan.

Foto: arhiv DU Tržič



LJUBLJANA Z OKOLICO

8. marec v DU Fužine

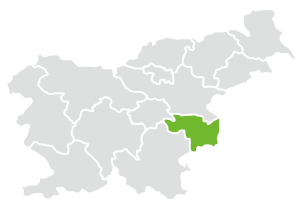
Tako kot vsako leto, smo se člani in članice DU Fužine zbrali na družabnem srečanju ob Dnevu žena. Pohvalno – zelo veliko nas je bilo v Domu občanov Nove Fužine in prijetno smo se imeli. Pa ne le to, tudi v februarju smo na „gostilniški“ lokaciji opravili letni občni zbor, zaupali Miri Ključanin da nas še uspešno vodi naprej, in da v letošnjem letu organizira skupaj z vodstveno ekipo čim več prijetnih druženj. Tako bo v aprilu že izlet z vlakom v Celje, v maju v Koper, v juniju pa kar z ladjico po bližnji Ljubljani. V septembru v društvu načrtujejo obisk bisera gorenjske - Bleda, martinovali bomo v gostilni Pri Micki, silvestrovali pa v Portalu. Seveda pa druženja vsako sredo dopoldne v društvenih prostorih ostajajo. Prav ta druženja tkejo prijateljske vezi in spodbujajo k načrtovanju številnih aktivnosti upokojencev vzhodnega dela Ljubljane, predvsem pa Novih Fužin. Zagotovo pa bo v kratkem tudi organiziran izobraževalni tečaj računalništva in uporaba vse bolj zapletenih »pametnih« mobilnih telefonov.

Aleš Kardelj, foto TK



V Tržiču je bilo veselo.





POSAVJE

Občni zbor DU Brežice

Člani Društva upokojencev Brežice so v petek, 18. marca, v jedilnice Gimnazije Brežice opravili letni Občni zbor in po besedah predsednice Jožice Sušin ugotovili, da so zastavljeni program za minulo leto v veliki meri tudi uresničili. Seveda so bile nekatere načrtovane dejavnosti društva (izletniška, športna, kulturniška ipd.) okrnjene, saj je v preteklem letu vladala še velika zdravstvena nevarnost zaradi pandemije.

Na občnem zboru je bilo prisotnih manj članov kot v minulih letih zaradi še vedno veljavnih omejitvenih ukrepov. V odsotnosti župana se je Zbora udeležila direktorica občinske uprave Patricija Čular, predsednik PZDU Posavje **Jožef Žnidarič** ter predsednica DU Bizeljsko Mira Rajterič.

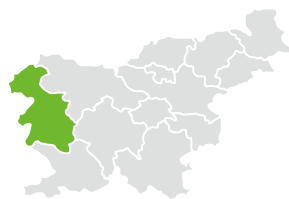
Društvo je štelo v letu 2021 1207 članov in je največje društvo v Posavju. Zbor je po izvolitvi delovnega predsedstva s svojim pesniškim talentom in družbeno kritično poezijo razveselila vodja kulturniške skupine Jagodni izbor Ivana Vatovec. Folklorna skupina DU Brežice se je predstavila s plesnim nastopom v avtentični narodni noši našega področja. Predsednica društva je predstavila poročilo o delu društva v preteklem letu in zastavljene naloge v letnem načrtu. Ugotovila je dokaj visoko realizacijo načrtovanih nalog glede na težavne epidemiološke razmere v našem okolju in širše. Posebej je poudarila, da nam je uspela pobuda za organizacijo Dnevnega centra v Brežicah in ustanovitev Večgeneracijskega centra.

Po sprejemu finančnega poročila je predstavila načrt dela društva v letu 2022. V planu dela za tekoče leto so poleg posamičnih nalog po sekcijah, komisijah in projektih, zapisane splošne naloge društva. Še nadalje si bomo prizadevali za boljši položaj starejših: dostop do oskrbe na domu, za nižje cene oskrbe, za dostop do e-oskrbe, za več ugodnih najemnih stanovanj, za vzpostavitev in življenje Večgeneracijskega centra v Brežicah in Dnevnega centra v Brežicah, za več mest v Domu starejših Brežice in za ustanovitev manjših enot tudi v drugih krajih v občini. Aktivno bomo sodelovali pri akcijah za izboljšanje gmotnega položaja starejše populacije. Trudili se bomo za pridobivanje novih članov in povečanje mreže poverjenikov za lažje pobiranje članarine, za obiskovanje starejših in osamljenih članov, za redno obveščanje članov in javnosti. Sodelovali bomo s PZDU Posavje, ZDUS in drugimi društvi v okolju. Za nemoteno de-

lovanje vseh sekcij in komisij si bomo prizadevali pridobiti čim več sponzorjev in donatorjev. Spremljali in prijavili se bomo na razpise v občini, krajevni skupnosti in ZDUS. Skrbeli bomo za pošteno in pregledno vodenje finančnega poslovanja in za gospodarno in enakovredno porabo sredstev. Skozi celo leto bomo med članstvom zbiral predloge in ideje za program dela za naslednje leto.

Povezovali in sodelovali bomo z občino, z drugimi društvi upokojencev, VGC, Centrom za socialno delo, RK, z izobraževalnimi ustanovami, knjižnico JZKD in z Domom starejših občanov Brežice. Nadalje je vodja programa Starejši za starejše Ana Kalin predstavila Zboru društva poročilo o obsegu in vsebini delovanja te dejavnosti v prejšnjem letu, in še načrt dela za letos. Po pregledu prehojene poti v letu 2021 in načrtih za to leto je sledila podelitev društvenih priznanj. Letos so jih prejeli sledeči člani društva: **Ivica Kolar, Majda Bevc, Zinka Bogovič, Anica Glogovšek, Rozika Perkman, Jožica Verstovšek, Rajko Ledinek, Jožica Bostič, Milka Golobič, Zinka Gramc, Slavka Hanzir in Marija Vogrinc.** Še zanimivost! Predsednica DU Bizeljsko je ocenila delo DU Brežice kot zelo uspešno in šaljivo vprašala: Ali pri vas ni bilo pandemije? Sledil je neformalni del zbora, druženje, pogostitev in glasba »one man band«, ki je zmamila člane tudi na plesišče.

Besedilo in foto, Saša Pohar



SEVERNA PRIMORSKA

17 let Dramsko pevske skupine ZARJA DU Ajdovščina, 2005 - 2021

Torek, dan za vaje. Sedemnajsto leto že teče, nekateri vztrajajo prav od začetka, nekaj se jih je že poslovilo, nekaj pa prišlo na novo. Člani in članice so enotnega mnenja, da imajo prekrasne dogodke, ki se jih radi spominjajo. Kljub odrekam, saj je potrebno mnogo ur priprav, da sproščeno zaigrajo in ubrano zapojejo, so hvaležni za dar, ki jim je dan. Darov pa je v skupini veliko. Verjetno se niti sami ne zavedajo koliko, saj je kar samoumevno, da bo dramsko besedilo napisano in odigrano za vsako priložnost.

Dodani stavki kar na odru, da se malo začini skeč, so tudi stalna praksa. Posebno veselje je sodelovanje z učenci in njihovimi mentorji Osnovnih šol Šturje, Ajdovščina in podružnica Lokavec. To so-



delovanje daje skupini energijo, ki je med otroci ne manjka in spodbudo za delo. Prepričani so, da tudi otrokom to druženje veliko pomeni. S skupnimi projekti, ki so skrbno načrtovani, ohranjajo kulturno dediščino in medgeneracijsko sodelovanje. Pred sedmimi leti je pod okriljem Ljudske univerze, natančneje v sklopu Centra medgeneracijskega učenja, zaživela skupina Mali Holivud, ki združuje skupino DPS Zarja, učence OŠ Ajdovščina in Društvo ŠENT. To je bila čudovita izkušnja druženja in ustvarjanja več generacij, ki od igranja, režije, kostumografije in scene, opravijo člani sami. Poleg rednih prireditev v društvu upokojencev Ajdovščina, pripravljajo še druge, ki počasi postajajo že kar tradicionalne; Vsi enaki vsi različni, Gregorjevo, Zlatoporočenci, sodelujejo tudi z ostalimi društvi: Čebelarским, Veteranskim, Zvezo borcev za vrednote NOV in Krajevnimi skupnostmi. Da preverijo svojo uigranost, sodelujejo na folklornih popotovanjih v regiji. Na Vojskem na prireditvi Pri nas je pesem doma, Primorska poje in Pod modrim nebom. Z Malim Holivudom so na F3ŽOv Ljubljani na državni ravni dosegli 3. mesto z igro Pujša imamo za soseda. Leta 2019 so sodelovali na Dnevh medgeneracijskega sožitja v Ljubljani. Lepe spomine imajo na nastope za naše rojake v tujini. Obiskali so Slovence v Frankfurtu, v Bruslju so zapele znamenitemu rojaku Evghenu Bavčarju na otvoritvi njegovih fotografij v Evropskem parlamentu. V Bruslju in v Monsu so gostovale še enkrat, skupaj s pevkami Večernice. Zapele so na Višarjah ob srečanju Slovencev treh dežel. Na Ohridu so tekmoval in osvojile bronasto priznanje. Potovanje v Prago 2018 je bilo nepozabno. Nastopale so v Chudíčicah in Klecanyh. Avstrijsko Koroško so obiskale 2019, zapele so v Pliberku in v cerkvi Srca Jezusovega na Dunaju.

V vseh 17 letih se je nabralo preko 400 nastopov, ki so sestavljeni iz petja in igranih del. S svojimi nastopi so razveselili veliko obiskovalcev, povabljeni pa so bili še na mnoge druge. Dramsko sekcijo je dolgo vrsto let vodila Jožica Mozetič, ko pa so pričeli resneje s petjem, pa je vodenje pevskega dela sprejela Marija Terčelj, v zadnjem letu pa Zora Gregorc. **V vseh teh letih je bilo uprizorjeno več kot 40 kratkih šaljivih igric.** Večino teh so napisale, mentorica Jožica Mozetič, ki je tudi vse priredila in igralke: Liljana Slejko, Milka Curk, Klara Štrancar, Vanda Žvanut, Nevenka Vidmar, Evgen Likar in Dragica Ergaver. Pevski repertoar obsega Slovenske ljudske pesmi, domoljubne, partizanske in sakralne pesmi. Naučile so se jih veliko, zbrale pa tudi v pesmaricah, ki jih je pripravila zborovodkinja Marija Terčelj. V skupini so danes aktivne: Ana Žgavec, Liljana Slejko, Marija Terčelj, Milka Curk, Rožica Kovač, Silvija Lah, Nevenka Vidmar, Jože Gomizelj, Elda Gorup, Romana Mrmolja, Alma Makovec Švagelj, Lučka Lozar, Alenka N. Bizjak, Bojan Pergar, Mauro Deferri in Zora Gregorc. Vsi skupaj in vsak posebej prispevajo k lepši kulturni podobi društva in kraja. Naj zgodba Zarje traja še veliko let.

Besedilo in foto, Nevenka Vidmar



S takim šalom pa ni šale ...

bila s strani Komisije za tehnično kulturo ZDUS med udeležence izdelave volnenega izdelka, na osnovi natečaja Naj nam bo toplo, izbrana tudi naša vodja sekcije, Ida Baloh.

Odločila se je, da izdela prav poseben šal za eno od udeleženk v programu Starejši za starejše. Izdelava šala je potekala na podlagi podrobnih navodil komisije. Glede na namen, izbrano barvo in čudovito obliko šala, je bilo odločeno, da ga predamo naši, še vedno živahni in aktivni 84 letni Mariji Gračnar, ki s svojo neusahljivo voljo in pozitivno trmo kljubuje letom in zdravstveni krizi. Rada se udeležuje prireditev, izletov in srečanj, ki so organizirana v okviru DU Hrastnik. Pri vsem tem jo bo odslej prijetno grel tudi naš šal.

Srečale smo se v društvenih prostorih in s tem lepim dejanjem našo predano članico presenetili in ji polepšali dan. Vsa začudena nad povabilom in darilom nama je z objemi in iskrenim veseljem pobožala dušo. Takšna, četudi maloštevilna in kratka druženja so tisti vezni člen, ki združuje in krepi spoštovanje in pripadnost skupini, društvu, kraju...in za to si je potrebno prizadevati, si vzeti čas in graditi zaupanje s prijaznostjo.

Besedilo in foto, Jerica Laznik

Vandrovčki na Sabotinu

V torek, 22. februarja 2022, smo se Vandrovčki iz DU Zagorje ob Savi povzpeli na Sabotin nad Gorico, znan kot Park miru. S pohodom smo začeli preko Solkanskega mosta. Ker je vodnik Marjan izbral severno pot, smo se spustili pod most, od tam pa nadaljevali pohod navzgor ob Soči in železnici, mimo HE Solkan.

Kmalu smo se začeli vzpenjati po strmi vojaški mulatjeri. Proti vrhu so nam bile v pomoč jeklenice. Pot nas je vodila mimo številnih kavern. Povzpeli smo se tudi skozi vojaški rov in prišli do Planinskega doma na Sabotinu (560 m). Koča je bila zaprta, zato smo imeli



ZASAVSKA

Naj nam bo toplo

V DU Hrastnik že 40 let deluje Sekcija za ročna dela Marjetice, ki združuje rokodelke in prave umetnice, katerih spretno roke izdelujejo čudovite izdelke. To je tudi botrovalo, da je

malico kar iz nahrbtnika. V dolino smo se odpravili po Južni poti. Najprej smo se povzpeli na vrh Sabotina (609 m), od koder smo imeli čudovit razgled po bližnji in daljni okolici. Od tam nas je pot vodila po grebenski mejni poti, ki je označena z mejnimi kamni, vse do ostankov Valentinove cerkvice. Ob poti smo naleteli na bunkerje in strelske jarke. Od tam smo sestopali po strmi kamniti stezi vse do Briške ceste. Potem smo imeli še približno kilometer poti do parkirišča, na drugi strani Solkanskega mosta. Po prehojeni zanimivi poti smo se z avtobusom odpeljali na osmico v Vitovlje.

Olga Kos, foto Ivan Kos

Vandrovčki na Farbanci in Čreti

V soboto, 19.marca 2022, smo Vandrovčki iz DU Zagorje ob Savi odšli na Dobroveljsko planoto v Kamniško Savinjskih Alpah. Z avtobusom smo se peljali skozi Mozirje, Nazarje, do naselja Kokarje. Pohod smo začeli pri športnem igrišču Laze. Hodili smo po dobro označeni poti skozi gozd, prečkali cesto v naselju Potok, nato pa se nekaj časa strmo vzpenjali skozi smrekov gozd, šli mimo Lahkega studenca in po uri in 15 minutah smo bili že vsi pred Domu planincev na Farbanci (702 m), ki se nahaja na severnem delu Dobroveljske planote.



Po kratkem počitku in malici nas je pot še vedno vodila navzgor skozi gozd, mimo odcepa za Tolsti vrh, mimo cerkvice svete Katarine (900 m) in kmetije v zaselku Čreta. Od tam pa zlagoma navzdol do Planinskega doma na Čreti (876 m), ki se nahaja na osrednjem delu Dobroveljske planote. Do sem smo hodili eno uro. Pred kočjo smo imeli daljši postanek in uživali smo na soncu ob prijetnem klepetu. Sestop do Vranskega pa je trajal dobro uro.

Olga Kos, foto Ivan Kos



Vera Klopčič (levo) je izročila srebrno plaketo ZZB za vrednote NOB Katici Pintarič (v sredini), dr. Zdenka Čebašek Travnik (na desni).

kovih pravic med leti 2007 in 2013 ter predsednica zdravniške zbornice med leti 2017 in 2021, dejala Majda Potrata.

Prav na 8. marec, na mednarodni dan žensk, je v Mariboru v okviru Spominjanj, ki jih pripravlja Področni odbor Društva Dobrič Maribor v sodelovanju z Ženskim forumom Socialnih demokratov Maribor, potekal pogovor z žensko, ki je, kot je povedala sama, »pravzaprav ponosna, da ni dobila drugega mandata varuhinje človekovih pravic. Kajti dober ombudsman je tisti, ki ga ne izvolijo v drugo.« **Uvedla je zagovorništvo otrokovih pravic, zaživel je državni preventivni mehanizem proti mučenju v zavodih, kjer je človeku odvzeta svoboda in na pogovore je vabila predstavnike nevladnih organizacij glede na njihovo vsebino dela.** Morda je bilo kaj od tega vladajočim preveč neprijetno, je dodala.

Da lahko ženske v prevladujočem moškem svetu dosežejo veliko, je s svojim delom dokazala Zdenka Čebašek Travnik, ki se 8. marca spominja iz otroštva, ko je skupaj z vrstniki v svojih domačih prekmurskih logih nabirala kronice ali zvončke, ki so jih otroci podarjali materam in učiteljicam.

»Mednarodni praznik žena je priložnost, da izpostavimo uspešnost žensk in dejstvo, da se znamo postaviti zase, da znamo načrtovati in si prizadevati za boljše življenje. Lahko smo ponosne na to, kar smo dosegle,« je dejala Zdenka Čebašek Travnik. Toda beseda je tekla tudi o njenem strokovnem delu, o proučevanju odvisnosti od alkohola, o uvedbi forenzične psihiatrije s centrom v Univerzitetnem kliničnem centru Maribor. Pri tem je nemalokrat orala ledino v slovenskem zdravstvu. Na vprašanje Majde Potrate, kaj meni o današnjem položaju zdravniške stroke, dejala: »Zaupanje je močno upadlo, odkar nisem več predsednica zdravniške zbornice, svoje je prispevala tudi epidemija kovida, in oblikovanje strokovnih skupin, v katere niso bili vključeni psihologi, socialni delavci, ne nazadnje tudi sociologov ni bilo. Vse to je povzročilo, da smo se zdravniki počutili manjvredne, podrejene. Ta pomemben vidik uravnavanja ukrepov epidemije je ostal popolnoma prezrt.« Privatizaciji v zdravstvu, s čemer se ukvarja ves svet, načeloma ne nasprotuje, problem Slovenije pa je, je menila Zdenka Čebašek Travnik, da imamo zelo nizko število zdravnikov na sto tisoč prebivalcev, in da mladi zdravniki, ki odhajajo na delo v tujino, odhajajo ne toliko zaradi plač, ampak zaradi pogojev dela. Ob koncu pogovora je Vera Klopčič, predsednica Društva Dobrič, izročila srebrno plaketo Zveze združenj borcev za vrednote NOB Katici Pintarič, dolgoletni predsednici mariborskega pododbora Društva Dobrič za prizadevno delovanje na tem področju in ohranjanje spomina na vlogo žensk v NOB.

Besedilo in foto, Irena Ferluga



ZGORNJE PODRAVJE

Ženske lahko veliko dosežejo

Zdenka Čebašek Travnik: »Mednarodni praznik žensk je priložnost, da izpostavimo uspešnost žensk in dejstvo, da se znamo postaviti zase, da znamo načrtovati in si prizadevati za boljše življenje.«

»Naj bo letošnji mednarodni dan žensk posvečen vsem nekdanjim in sedanjim ženam, ki si prizadevajo za boljši in pravičnejši svet, za svet brez nasilja in za varno prihodnost vseh,« je v uvodu v pogovor z dr. Zdenko Čebašek Travnik, zdravnico, specialistko psihiatrije, raziskovalko, ki je mnogim znana kot varuhinja člove-



Zveza društev
upokojencev
Slovenije



STRONG2GETHER

Uradni naziv projekta, katerega partner je postala ZDUS je: STRONG-2GETHER - Nadgradnja odpornosti in prilagodljivosti starejših v postkovnem obdobju z digitalnim programom vseživljenjskega učenja, ki spodbuja državljansko angažiranost vseh starosti. Projekt traja od februarja 2022 do aprila 2024, vodilni partner pa je APPIS- Associação Paredes pela Inclusão Social (Portugalska), drugi partnerji pa so: Hålsinglands Utbildningsförbund (Švedska), Fundacja Pro Scientia Publica (Poljska), Municipality of Agios Dometios (Ciper), Atermon B.V. (Nizozemska), A & A Emphasys Interactive Solutions Ltd (Ciper), ZDUS – Zveza Društev Upokojencev Slovenije. Projekt financira: Erasmus+, Strateška partnerstva za izobraževanja odraslih, projektna št.: 2021-1-PT01-KA220-ADU-000035326

Kratek opis projekta:

Izzivi na področju duševnega zdravja, ki so izbruhnili zaradi ukrepov karantene in socialne distance kot odziv na Covid-19, so izpostavili, da potrebujemo nove tehnologije za zagotovitev povezanosti in vključenosti v digitalni dobi. Več vidnih organizacij prepozna večjo ogroženost starejših: npr. platforma »Glas starejših na ravni EU« (AGE EU) ugotavlja, da starejši bolj verjetno razvijejo simptome depresije, ki vodijo v višja tveganja za samomor, v primerjavi z drugimi skupinami prebivalstva; EK ugotavlja, da se je leta 2019 18 % odraslih v Evropi soočalo z osamljenostjo, večina je bila starejših, ki zaradi socialnih in zdravstvenih omejitev naletijo na ovire pri vključevanju v dejavnosti. Po drugi strani pa Odbor regij EU poudarja pomen vrednosti prostovoljstva za povečanje uspešnosti evropskega gospodarstva, Eurostat pa je poudaril vlogo starejših v družbi in

potrebo po premostitvi generacijske vrzeli z razvojem priložnosti za izmenjavo idej.

Ciljne skupine projekta so:

- Glavna ciljna skupina starejši od 60 let, ki so se pred kratkim upokojili, skrbniki, družinski člani starejših
- Ostale ciljne skupine:
 - Izobraževalci odraslih, socialni delavci, zdravniki, psihologi, gerontologi ipd., ki delajo neposredno s starejšimi.
 - Mladi prostovoljci,
 - Skupnost na splošno, mladinske nevladne organizacije, javni organi, izobraževalni centri, študentska društva, visokošolske ustanove itd., kot tudi občine in društva upokojencev.

Cilj projekta:

- Glavni cilj je obravnava socialnih in zdravstvenih izzivov kot so izolacija, osamljenost, socialna in digitalna izključenost ter težave z duševnim zdravjem.
- Zasnova, razvoj, pilotni preizkus in ponudba digitalne rešitve v obliki spletne platforme in mobilne aplikacije, ki bo obravnavala socialno in digitalno vključevanje starejših z medgeneracijskim učenjem.
- Izboljšanje možnosti vseživljenjskega učenja in zmanjševanje stisk prek sistema dvojnega prostovoljstva; mladi bodo nudili podporo starejšim in starejši bodo nudili svoje mentorsko znanje.
- Premostitev generacijske vrzeli.
- Spodbujanje aktivnega staranja.

Kontaktna oseba za projekt,
Mateja Strašek

Radijsko priznanje podpredsednici Veri Pečnik

Januarsko »Iskrice tedna« je med poslušalci priljubljene radijske postaje Štajerski val osvojila naša podpredsednica Vera Pečnik. Na podelitev priznanja in manjšo slovesnost ob tej priložnosti, sta ji prišli izreči podporo tudi predsednica PZDU Celje Zdenka Jan in Silva Koželj, podpredsednica Komisije za pokojninsko politiko in naša predstavnica v ZPIZ.

Iskrene čestitke tudi v imenu uredništva naše revije

V.P.

ZA DOBRO VOLJO

ZDUSPLUS

- Težko je! Sploh pa takrat, ko ni lahko...
- Če želiš najti žensko svojih sanj, pojdi spat!
- Kitajski pregovor pravi, kdor gre spat s srbečo ritjo, se bo zbudil s smrdečim prstom(!)
- Z vsako popito steklenico piva, prihranimo steklenico vode!
- Kaj je lahko hujše od ženske, ki ne zna hoditi z visokimi petami? Moški, ki zna...
- Ni lahko biti moški. Poznam jih nar nekaj, ki so omagali...
- Boljše je mešati alkohol, kot pa cement...
- Teza, da pijemo preveč alkohola, ne pije vode...
- Če ti ne uspe od prve, potem padalski šport ni zate!
- Druga država po korupciji je naša. Bili bi celo prvi, če nas ne bi podkupili, da izgubimo...
- Če slučajno padete v roke zdravniku ki se mu mudi, se naredite mrtvega. Lahko celo preživite!



Če bo tako šlo naprej, ne vem, če bom lahko umrl,

so besede sto dve leti starega Maksimiljana Kampla, Hajdinčana, stanovalca Doma upokojencev Ptuj, Enote Park v Kidričevem, kjer s svojo 94 letno soprogo Marto, preživljata jesen, 72 let trajajočega zakonskega življenja.



Bilo je 18. januarja 2022, ko so slavljenču pripravili prisrčno slovesnost ob njegovem visokem jubileju. Skupaj s hčerko Renato in sinom Ljubom ter snaho Miro in zetom Mirkom smo sedli za slavnostno mizo, z nami pa je bila tudi direktorica Doma, mag. Vesna Šiplič Horvat s svojima sodelavkama. Vse tri so poskrbele, da je slovesnost, kljub koronskim ukrepom, potekala prijetno in v nepozabnem vzdušju. V zahvali, ki jo je z izjemnimi besedami izrekel vsem zbranim, je največji aplavz pošel z naslovnimi besedami. To dokazuje, da se v svojem okolju z ženo počutita prijetno, spoštovano in dolgoletnemu aktivnemu življenju primerno.

Najstarejšega Hajdinčana in hkrati stanovalca Doma so obiskali župan Občine Hajdina mag. Stanislav Glažar, direktorica občinske uprave Lidija Terbulec in predsednica Društva upokojencev Hajdina, Anica Drevenšek. Z njimi so prišli tudi Ljudski pevci KPD Stane Petrovič iz DU Hajdina, ki so na Kamplovo pobudo pred tridesetimi leti začeli svojo pevsko poslanstvo. Na harmoniki jih je spremljal njihov prijatelj Tinček Marčinko. Maks je bil dvanajsti od petnajstih otrok v družini Kampl iz Zg. Hajdine. Da je čimprej postal samostojen, se je izučil za peka in nekaj let opravljal ta poklic, a so ga življenjske razmere kar hitro vpregle v različne dejavnosti; odločil se je tudi za študij ob delu ter postal pravnik. S svojim vsestranskim znanjem in sposobnostmi se je v zgodovino Občine Hajdina zapisal kot gospodarstvenik, saj je bil dolgoletni uspešen direktor Kmetijske zadruge z. o. j. Hajdina, ustanovljene leta 1946, v kateri se je leta 1954 zaposlil. Sprva kot tajnik. Iz prvotno splošne zadruge, ki je povezovala več kot 900 kmetov in je bila organizirana kot strokovno-pospeševalna služba za vsa kmetijska področja, s svojo hranilno-kreditno službo, pionirsko hranilnico in formiranim štipendijskim skladom, je v skladu s takratnimi smernicami nastal Obrat za kooperacijo Hajdina, organiziran pri TP Perutnina Ptuj. Osnovna dejavnost je bila namenjena uvajanju in usposabljanju pogodbenih rejcev za pitanje brojlerjev za Perutnino. Maksimiljan Kamp je s svojim kolektivom s sposobnostjo uspešnega sodelovanja z mnogimi strokovnjaki iz veterinarskih, kmetijskih, projektantskih in znanstvenih krogov, uspel za perutninarsko vzrejo navdušiti, prepričati in pritegniti veliko število kmetov, ki so se odločili za farmsko rejo piščancev. S tem je bistveno vplival na razvoj podeželja ne le na območju tedanje

ptujske občine, ampak do meja s Hrvaško in Avstrijo, vse tja do sredine celjske regije. To dejavnost, za katero je ledino oral naš jubilarant, nadaljuje današnja Perutninarska zadruga Ptuj s sedežem na Hajdini. Pri njegovem vsestranskem, včasih prav vizionarskem delu, mu je veliko pomagalo široko znanje in razgledanost ter poznavanje zakonodaje, pa tudi smisel za korektne medsebojne in človeške odnose na vseh področjih gospodarskega, kulturnega in političnega udejstvovanja.

Vsa leta službovanja je bil aktiven v Kulturno-prosvetnem društvu Stane Petrovič Hajdina, katerega član je od leta 1947. Deloval je kot amaterski igravec, režiser, ljudski pevec in organizator kulturnih prireditev. Bil je tudi član različnih odborov društva, ki ga je leta 2000 proglasilo za častnega člana.

Ko se je leta 1980 upokojil, se je aktivno vključil v Društvo upokojencev Hajdina. Deset let mu je tudi predsedoval. Bil je eden izmed treh najbolj zagnanih prostovoljcev pri gradbeni preureditvi stanovanjske hiše na Zg. Hajdini, ki jo je kupilo Društvo upokojencev za rešitev svojih prostorskih problemov. Leta 1993 je ustanovil skupino ljudskih pevcev in jo vodil več kot 25 let. Bil je tudi pobudnik za nastanek skupine ljudskih pevk, ki je začela z delom leta 1996. Obe pevski skupini delujeta še danes in s »pevsko voščilnico« radi počastijo svojega soustanovitelja. Za svoje delo je prejel številna priznanja na vseh področjih. Kulturnem, upokojenskem in občinskem. **Hvaležnost njegovih soobčanov pa je bila najboljše izražena leta 2001 s Priznanjem Občine Hajdina za izjemne dosežke na družbeno-ekonomskem in kulturnem področju, leta 2009 s priznanjem župana za dolgoletno delo na področju kulture v Občini Hajdina in leta 2016 ko je prejel najvišje občinsko priznanje - Zlati grb Občine Hajdina.**

Maksimiljanu Kamplu ob stodrugem rojstnem dnevu kličemo Nasvidenje ob 104. svečki! Tako so mu namreč napisali na naslovnici njemu posvečene spominske knjige, ki je »izšla« leta 2020, ob njegovi stoletnici. Rad se namreč pošali, da ima podpisano pogodbo za stoštiri leta, potem pa bo, kar bo. Da bi jih le učakala skupaj!

Besedilo in foto, Silvestra Brodnjak

100 let Marije Kandus

Spomladi leta 1922 je na svet prirojala Marija, materi iz Ljubljane in očetu iz Predmeje. Družina je živela v Lju-



bljani. Marija je imela še tri brate in šest sestra. Vsi so bili visoko izobraženi, njeni trije bratje so bili doktorji medicine, zdravniki.

Marija je osnovno šole, gimnazijo in visoko šolo za terapevte obiskovala v Ljubljani. Po končanem študiju je tudi sama poučevala kot profesorica na visoki šoli za terapevte. Iz Vipavske doline, natančneje iz Vrtovina je bil doma njen mož. V zakonu sta se jima rodila hčerka in sin. Hči se je z družino preselila na Brje, kjer se kot ljubitelji živali posvečajo konjem in izvajajo fizioterapijo za otroke. Marija se je hčerki pridružila pred dvajsetimi leti in tako uživa v krogu svojih, v naravi, kjer se dobro počuti. Je izredno vitalna gospa, rada se pogovarja in obuja spomine, ki jih pa ni malo. Društvo upokojencev Ajdovščina, katerega članica je, ji je ob visokem jubileju izreklo čestitke na domu. Seveda je bil ob tej priložnosti pripravljen še lep sprejem z zdravico, sladko torto in veliko zapetih pesmi ob spremljavi harmonike. Gospa Marija, še veliko zdravih in zadovoljnih let na Brjah med svojimi, vam želimo!

Jelka in Nevenka iz DU Ajdovščina, foto Nevenka Vidmar



100 let Ide Smerdel

Predstavniki Društva upokojencev Pivka smo na mrzlo marčevsko sobotno dopoldne obiskali članico našega društva, gospo Ido Smerdel iz Klenka pri Pivki, ki je na ta dan slavila 100 let.



Vedno nasmejana gospa nas je pričakala v družbi sorodnikov in sovaščanov. Gospa Ida je naša najstarejša članica, ponaša pa se tudi z najdaljšim stažem, saj je članica že od leta 1956. Še vedno živi doma, v svoji hiški in česar ne more postoriti sama, ji pomaga hčerka in njuni družini. Dobre volje in njenega optimizma smo se navzeli tudi obiskovalci.

Besedilo in foto, DU Pivka

100 let Borisa Čermelja

Društvo upokojencev Ajdovščina ima v svoji sredi kar nekaj klenih žena in mož, ki se bližajo stotim letom. Vodstvo društva jim ob osebnih jubilejih nameni voščilo in jih obišče na domu. Da je vzdušje zares praznično, poskrbi Dramsko pevsko skupina Zarja. Tokrat je bilo voščilo namenjeno Borisu Čermelju iz Gojača.

Boris je prijojal na svet 1922 leta očetu Jožefu in materi Karolini. Bil je tretji od petih otrok. Otroštvo je preživel na Gojaški gmajni z vaškimi otroci. S svojo sestrčno Verico se je najraje družil. Skupaj sta ustanovila 'letalski klub'. Na obleko sta si sešila kokošje perje in skakala z visokega zidu, da bi vzletela, pa ni šlo po njihovih načrtih. Tako je letalski projekt propadel.

Začela se je druga svetovna vojna. Boris je bil vpoklican v italijansko vojsko in kasneje premeščen v Francijo. Leta 1943 je šel v partizane v brigado Simona Gregorčiča, nato v drugi bataljon Srečka Kosovela. Bil je vzoren vojak, dobil je veliko pohval in priznanj. Domov, na svojo rodno kmetijo se je vrnil 1946 leta. Svojo ženo je spoznal pri reki Vipavi, ko se je kopala s svojimi prijateljicami. Celo »petletko« jo je osvajal in hodil peš v Kamnje, da mu je končno dejala, »ja, tvoja žena bom postala.«

V zakonu se jima je rodilo šest otrok. Preživljala sta se s poljedelstvom in živinorejo. Zaradi vedno večjih finančnih potreb se je zaposlil v Meblu. Otroci so zrastle in Boris se je upokojil. Z ženo še vedno skrbno urejata dom in rada kaj postorita v vrtu. Družina Čermelj s svojim slavljencom na čelu, je toplo sprejela člane društva. Zarja je poskrbela za glasbeno voščilo, v katerem ni manjkala niti harmonika. Zdravica je bila iskrena, z željo, da bi zdravje še dolgo služilo Borisu in njegovi ženi.

Nevenka in Jelka, DU Ajdovščina

90 let Magdalene Gajzer

Predstavniki društva upokojencev Majšperk smo obiskali Magdaleno ob njenem okroglem prazniku, 90 letnici.

Rodila se je 17. febru-
arja 1932 v Stoper-
cah na Gnanem vrhu
staršem Lorber kot
četrti otrok od petih.
Imeli so kmetijo na
kateri je bilo veliko dela
in ker so bile pri hiši le
dekleta, so morale
prijeti tudi za moška
dela. Njeno otroštvo



je bilo prepleteno z veseljem in žalostjo, saj je preživljala drugo svetovno vojno v pomanjkanju vseh otroških radosti. Kot dekle je bila zelo navihana, pripravljena na vsako lumparijo ob trdem kmečkem delu. Pri 24 letih se je poročila z Antonom Leskovarjem. Živel sta v Skrbljah, kjer sta skrbela za kmetijo in dve starejši teti. Rodilo se jima je 6 sinov, ki so morali prijeti za vsako delo. Tudi peko kruha. Njihove norčije so prinašale veselje in skrbi. Delo na kmetiji je bilo trdo, sploh pa po letu 1974, ko ji je umrl mož. Najmlajši sin je imel takrat komaj 3 leta. Bilo ji je zelo težko, saj je ostala sama s kopico skrbi. Leta 1978 se je ponovno poročila z Alojzom Gajzerjem, kmetijo prepustila sinu, sama pa sta si ustvarila nov dom, v isti vasi. Malo zatem se jima je rodila hči Magda, s katero živi še danes. Alojz ji je umrl pred štirinajstimi leti. Upokojila se je leta 1988, članica DU Majšperk pa je postala pred tridesetimi leti. Zelo rada se druží s člani društva, hodi na izlete in letovanje v hotel Delfin v Izolo. Obiskuje tudi toplice, rada vrže partijo kart in pripoveduje šale. V njeni družbi je vedno veselo. Upravni odbor DU Majšperk ji želi še na mnoga leta zdravja in sreče, veselja, in še veliko skupnih druženj in letovanj v našem hotelu Delfin.

Ludvik Lampret, foto Rado Stropnik s.p. – foto Langerholc



90 let Alojza Kukmana iz Ručetne vasi

V februarjskih dneh je 90. rojstni dan praznoval Alojz Kukman, dolgoletni član Društva upokojencev Semič.

Na njegovem domu so ga obiskali predstavniki Krajevne skupnosti Lokve, RK Semič in DU Semič. Pričakal nas je vesel in zadovoljen. Skupaj smo nazdravili in po čestitkah in prijetnem pogovoru o vsakdanjih rečeh, smo se z njim poglobili v spomine. Lojz se je rodil na domačiji v Ručetni vasi kot zadnji izmed šestih otrok. V šolo je hodil v Petrovo vas. Dolga leta je služboval na železnici,

od koder je pri 58 letih odšel v zaslužen pokoj. Tudi po upokojitvi je ostal aktiven in delaven v Gasilskem društvu. Ob njegovi okrogli obletnici, so ga prijetno presenetili vaščani, mu postavili mlaj, čestitali in se povesečili z njim. Pridružil se jim je ob zvokih harmonike in z njimi zapel domače viže ter nazdravil z rujnim vincem z domačega vinograda. Dneve mu popestrijo vnuki in pravnuki, s katerimi se rad pošali in nasmeje. Kadar ga obiščejo, mu obraz kar zažari od sreče.

Dragi Lojz, naj tvoj nasmeh, dobrota in pozitivna energija, vsem nam še dolgo bogatijo življenje.

DU Semič

Stave Progarjevega omizja

Progarjevo omizje, za katerim se športni prijatelji, ki se že trideset let družijo ob različnih jubilejih, je v športno navijaškem duhu odprlo tretjo stavnico. Koliko medalj bodo slovenski športniki prinesli domov iz Pekinga?

Sodelovalo je trideset »hazarderjev« iz desetih slovenskih mest in krajev, in verjeli ali ne, tudi športni prijatelj iz Avstralije. Edina, ki je uganila pravilno število medalj je bila Polona Sladič iz Ljubljane, vodja slovenskih invalidov športnikov in slovenske para olimpijske reprezentance. Za nagrado bo prejela športno knjigo Edvarda Progarja z naslovom **Vse o športu**, v kateri si bo lahko kot dolgoletna strelka in trenerka prebrala prav vse o zakulisju, kako so v Postojni vzgojili trikratnega nosilca olimpijskih kolajn, Rajmonda Debevca, Polona je že izjavila, da je počaščena s prejeto nagrado. Zanimivo pa je, da poteka druga stavnica. Namreč, kdo bo nogometni državni prvak(!?) V tej stavnici pa sodeluje štirideset posameznikov in posameznikov. Naj še povemo, da bodo vsi dobitniki kolajn (in oba skakalna trenerja) prejeli Progarjevo knjigo, Vse o športu.

ŠD Epic





POSEBNA PONUDBA ZA UPOKOJENCE!

-10% DODATNI
POPUST
NA NAKUP

VSAK PRVI ČETRTEK V MESECU!



EKSKLUZIVNO V PRODAJALNAH ALPINA

V vseh rednih prodajalnah in diskontih ALPINA

WWW.ALPINASHOP.SI

NAMENITE ČAS ŽIVLJENJU

ZAVAROVANJE SPECIALISTI SENIOR

Hitra in enostavna pot do specialista v primeru nezgode in bolezni. Zavarovanje vam omogoča:

- preglede pri specialistih oz. pri določenih specialistih v primeru bolezni
- dostop do diagnostičnih ali terapevtskih postopkov in
- dostop do protibolečinskih terapij v primeru nezgode

**MESEČNA
PREMIJA**

ŽE OD 5,95 EUR*.

*Mesečna premija pri paketu A -
Specialisti Nezgoda.

080 20 60
vzajemna.si

**VARUH
ZDRAVJA**
VZAJEMNA