



ZDUS^{plus}



CIVI EUROPAEO PRAEMIUM



Dnevi
medgeneracijskega
sožitja

Naših 80 let

Revija Zveze društev upokojencev Slovenije

Julij - avgust 2026,
leto XIX, številka 7-8

Zdenka Jan: Volja do druženja je povsod enaka



UO ZDUS
o ključnih
vprašanjih
starejših

**Københavnska
deklaracija EURAG**

**Državno priznanje
Zdenki Bevc Škof**

BESEDA VODSTVA

Dragi bralci naše in vaše revije 3

V ŽARIŠČU

Spoštovane upokojenke in upokojenici, članice in člani ZDUS! . . . 4

Upravni odbor ZDUS o ključnih vprašanih starejših 5

Ko se v Izoli zbere vodstvo ZDUS,
to ni zaradi pogleda na morje 6**AKTIVNOSTI VODSTVA**Predsednica Jan in Generalna sekretarka
pri predsednici republike 6

Državno priznanje za prostovoljstvo Zdenki Bevc Škof. 7

Srečanje NVO pri Varuhinji človekovih pravic 8

Predsednica ZDUS obiskala Zasavsko PZDU 8

MEDNARODNO SODELOVANJE

Københavnska deklaracija EURAG 9

STAREJŠI ZA STAREJŠE

Prostovoljci programa SzS so se zbrali v Sveti Ani 10

Prostovoljci programa Starejši za starejše
v projektih za pomoč starejšim 11

Dan odprtih vrat DU Ajdovščina 12

KULTURA

Pelo je veliko prijatelj 13

Pesem in ples povezala generacije 14

ROKODELSTVO

Živahen utrip naših rokodelcev 14

Savinjski rokodelci obiskali Vipavsko in Posočje 15

Rokodelska razstava v Šeščah 15

Ko kleklji zapojejo 16

AKTIVNOSTI SEKCIJ

Lep izlet v Sežano 16

UTRIPI V POKRAJINSKIH ZVEZAH 17**ŠPORT REKREACIJA IN GIBALNA KULTURA**

Komisija za šport nadaljuje z aktivnostmi 22

Uspešen zaključek pokrajinskih iger 22

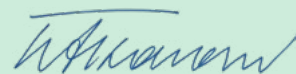
NASVETI ZA VSAKDANzVEM – zdravnik v žepu, brez čakalnice
in brez iskanja parkirišča 24

Previdno in samozaščitno v vročih dneh 25

SPOMINJALI SE JIH BOMO 27

Čudne čase živimo. Navzven je mir, navznoter pa nemir. Psihologi in psihiatri bi temu verjetno pripisali zapletene razlage o človekovi psihi, a žal živimo v času, ko že vsak samooklicani strokovnjak prekaša vse akademske strokovnjake. Strojinik tolmači medicino, ekonomist geopolitiko, kmet ustavno pravo, influencer pa vse naenkrat. In vsi so prepričani v svoj prav. V zrelih evropskih demokracijah se ljudje brez posebnega pompa odločijo za levo, desno ali sredino, nato pa s sosedom mirno spijsjo kavo, čeprav vsak voli drugače. Pri nas pa politična pripadnost pogosto postane nadomestek za osebnost. Če nisi „naš“, si avtomatično „njihov“. In če si „njihov“, si po definiciji že največja baraba sveta, po domače »komunajzer«, še preden odpreš usta. Znanje je postalo skoraj sumljivo, izkušnje pa velik dvom. Dejstva? Ta so pa stvar osebne interpretacije. Če si desetletja dela posvetil neki stroki, si pristranski. Če si pet minut brskal po spletu in prebral tri anonimne poste, pa si „neodvisni raziskovalec“. Družbena omrežja so postala največja univerza nevednosti – brez sprejemnih izpitov, brez profesorjev in predvsem brez odgovornosti. Poglejte komentarje pod spletnimi objavami. Eni in drugi poslušajo svoje politične preroke, drug drugega pa ne slišijo več. Glasnost je zamenjala argumente, žalitev pa razpravo. Zmaga tisti, ki je bolj nesramen, ne tisti, ki ima boljše razloge. Albert Einstein naj bi dejal, da se ni modro prepirati z bedakom, ker te bo potegnil na svojo raven in tam premagal z izkušnjami. Če bi danes odprl katero od družbenih omrežij, bi verjetno svojo misel le še dopolnil: „... in potem bo še mislil, da je zmagal zato, ker je dobil več všečkov ...“

Črt Kanoni,
glavni in odgovorni urednik


ZDUS PLUS - MESEČNA REVIIJA ZVEZE DRUŠTEV UPOKOJENCEV SLOVENIJE

Za izdajatelja Zdenka Jan, predsednica ZDUS. Glavni in odgovorni urednik, Črt Kanoni. Tel: 01/62 05 481; Naslov uredništva: Kebetova ulica 9, 1000 Ljubljana. Tel: 01/519 50 86 e-pošta: urednistvo@zdus-zveza.si Uredniški odbor: Slavica Bučan, Irma Povše, Vida Rifelj Novakovič Lucija Časar, Erik Hofbauer in Črt Kanoni. **Pokrajinska dopisništva:** PZDU Celje: Milena Brečko Poklič, milena.poklic@gmail.com 041/629 820 PZDU Dolenjska in B. krajina: Marija Golob, 041 370 560: PZDU Gorenjska: Slavica Bučan, slavica.bucan56@gmail.com 041 347 030, PZDU Koroška: Željko Kljajič, zkljajic.kljajic@gmail.com 031 387 660: Pomurska PZDU: Milan Osterc, milan.osterc@gmail.com; Posavska PZDU: Irena Škoberne, irenaskoberne@gmail.com; Primorska PZDU: Ida Kogej, kogej.ida@gmail.com; S. Primorska PZDU: Majda Marinič, babicamm@gmail.com; Šaleška PZDU Dijana Janežič, diana.janezic@gmail.com; 031 798 368, PZDU Zasavje: Milena Dimec, dimec.milena@gmail.com; 051 438 236; PZDU Sp. Podravje PZDU Zg. Podravje: Irena Ferluga; PZDU Ljubljana z okolico: Vanda Kovač, kovac.vanda@gmail.com, 041 265 673, MZU - Osrednjeslovenska PZDU: Aleš Kardelj, ales.kardelj@gmail.com; 041 613 692 - **Tajništvo ZDUSPlus:** Svetlana Vranješ; **Lektorica:** Barbara Borko; **Tisk:** Schwarz print d. o. o., Ljubljana; **Oblikovanje in priprava za tisk:** Boris Jurca 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: Zadovoljni gosti na plaži hotela Delfin v Izoli. Foto, Hotel Delfin



Dnevi
medgeneracijskega
sožitja

ZDUSplus

Dragi bralci naše in vaše revije,

zdaj sem pa še jaz dobila svoje mesto med uvodničarji, da bom enkrat ali dvakrat na leto nanizala nekaj stavkov ali misli s področja dela, na katerega sem bila imenovana. Generalni sekretar ali sekretarka je pač tista oseba, ki vodi strokovno službo zveze, skrbi za zakonito in učinkovito poslovanje ter izvršuje sklepe organov ZDUS v skladu s statutom in pooblastili predsednika ter organov zveze. Toliko na kratko ...

Pred nekako štiridesetimi leti sem prvič stopila na poklicno pot. Čeprav sem takrat že imela družino, me je oče kot majhnega otroka podučil: bodi zadržana, skromna, hvaležna ... Prav zaradi tega moji začetki niso bili težki, saj tudi moja pričakovanja, česa vsega bom deležna, niso bila velika. Vodstvu takratnega podjetja sem bila neizmerno hvaležna za priložnost, da pokažem kaj znam, sodelavcem pa za njihov čas, ki so mi ga namenili s prenašanjem znanja. Nič od tega zame ni bilo samoumevno. Zdelo se mi je kot dragocena nagrada, ki mi jo je namenilo življenje, in v zameno moram sebi in tistim, ki so mi jo podarili, dokazati, da sem si jo zaslužila. Pomagati tudi na področjih, ki niso bila v opisu mojih del in nalog, je bila priložnost, da se naučim nekaj novega, saj to pomeni poklicno rast: več znanja, več novih sodelavcev, širše obzorje in boljši predlogi. Tudi nadomeščanje sodelavcev v času dopustov je bilo nekaj kolegialnega in zato ni nihče pomislil, da mora zato prejeti dodatno plačilo. Nikoli tudi nisem vprašala za višino plače in bonitete, ne prvič in tudi kasneje ne. Menila sem, da če mi je vodstvo zaupalo in mi dodelilo



odgovornejše delovno mesto, mi je s tem dalo vedeti, da je prepoznalo moje sposobnosti, prispevek k rasti podjetja, zato moram tudi jaz zaupati njemu, da bo pravilno ovrednotilo moje delo. Tudi mnogo kasneje, ko sem menjala zaposlitev in ne glede na to, da me je novo vodstvo povabilo v svojo sredino, mi je v podzvesti ostal čut dolžnosti, da se na razgovor predhodno dobro pripravim, spoznam novo podjetje, na podlagi znanih podatkov pa pripravim predlog, kako lahko kar največ doprinesem k novim zadolžitvam ter na pogovoru vprašam: Kakšna so pričakovanja vodstva?

Danes pa se pogosto, prepogosto na naših razgovorih za zaposlitev soočamo z okoliščinami, ko kandidati ne vedo o naši Zvezi povedati niti enega stavka, po

drugi strani pa so njihova pričakovanja zelo jasno izražena, ko je govora o plači, parkirnem mestu ali stimulaciji. Torej pripadajočih pravicah, ki pa so tekom mlajših generacij izgubile povezavo z dolžnostjo. Če je naša generacija vajena, da piše v množini, je pri mlajših opazna uporaba ednine: jaz sem to naredil, meni to pripada, to ni moje delo ... Če smo včasih v enem podjetju ostali desetletja ali celo življenje ter mu bili pripadni in smo se z njim istovetili, danes tega skoraj ni več zaznati. V ospredje stopajo druge vrednote posameznika in nenehno iskanje boljših materialnih pogojev.

Na ZDUS smo veseli, da imamo v naši sredini sodelavke in sodelavce, ki imajo čut do soljudi, do naših starejših članov, da razumejo njihove težave in jim skušajo pristopiti z lepo besedo ter jim nuditi pomoč povsod, kjer jo potrebujejo. Da razumejo tudi vodstvo ZDUS, ki še vedno izpostavlja pomembnost tistih temeljnih vrednot, ki plemenitijo vsakega človeka. Izstopajoči izzivi današnjega časa na področju ravnanja s človeškimi viri pa so predvsem sprejemanje hitrosti, s katero nove generacije menjavajo delovna mesta ter iskanje ravnotežja med pričakovanji ene in druge generacije. To bo ostala stalnica, kot so stalne zgolj spremembe, kar je že v antičnih časih zapisal grški filozof Heraklit.

*Andreja Gorše Lotrič,
Generalna sekretarka ZDUS*

ZDUSplus

Spoštovane upokojenke in upokojenci, članice in člani ZDUS!

Ko se počasi zaključuje obdobje občnih zborov društev upokojencev in pokrajinskih zvez društev upokojencev, bi rada z vami delila nekaj osebnih vtisov, ki sem jih odnesla s številnih srečanj.

Najprej iskrena hvala za vsa prijazna povabila! Žal se zaradi številnih dogodkov in drugih obveznosti ni mogoče odzvati prav vsakemu, zato smo se v vodstvu trudili, da smo bili med vami vsaj ob pomembnejših priložnostih, še posebej ob visokih jubilejih vaših društev. Letos so mnoga med njimi praznovala častitljivih 80 let delovanja – prav tako kot naša Zveza društev upokojencev Slovenije, ki je svoj jubilej obeležila januarja v Hotelu Delfin.

Žal se osrednje slovesnosti zaradi zdravstvenih težav nisem mogla udeležiti. Morda sem prav zato toliko bolj cenila vsak poznejši obisk med vami. Vsak jubilej, vsako srečanje in vsak stisk roke so mi pomenili veliko več, kot je mogoče opisati z nekaj besedami.

Po vsakem dogodku smo na Facebook strani ZDUS objavili nekaj fotografij in kratkih zapisov. To so bili le drobni utrinki, saj pravo vzdušje ostane predvsem v srcih ljudi. Iskrenih nasmehov, toplih pogovorov, ponosa ob prejetih priznanjih in občutka pripadnosti ni mogoče ujeti niti v fotografijo niti v zapis. To so spomini, ki jih nosim s seboj in jih hranim med najlepšimi doživetji svojega predsedniškega mandata.

Čeprav je bilo vsako društvo nekaj posebnega in ima vsako svoj značaj, sem povsod začutila nekaj skupnega – neizmerno voljo do druženja, medsebojnega spoštovanja, solidarnosti in pripravljenosti, da drug drugemu polepšate življenje. Navdušili so me bogati kulturni programi, v katerih pogosto sodelujejo vse generacije – od najmlajših do najstarejših. Z veseljem sem spremljala pevske zборе, folklorne skupine, recitatorje, glasbenike in gledališke nastope, prav tako pa občudovala številne likovne, kiparske in fotografske razstave, rokodelske izdelke ter drugo ustvarjalnost, s katero dokazujete, da ustvarjalni navdih z leti ne usiha, ampak pogosto postaja še bogatejši.

Z velikim spoštovanjem sem spremljala tudi trenutke, ko ste se zahvalili svojim najbolj prizadevnim članom in prostovoljcem ter



jim izrekli javno priznanje za njihovo dolgoletno delo. Takšni trenutki vedno znova potrjujejo, da društva ne gradijo stavbe ali statuti, temveč ljudje – srčni posamezniki, ki svoj čas in energijo nesebično namenja skupnemu dobremu.

Posebej me veseli, da se vašim dogodkom pogosto pridružijo tudi predstavniki občin in drugih lokalnih ustanov. Njihova navzočnost je pomembno sporočilo, da cenijo delo društev upokojencev, prisluhnejo vašim pobudam in prepoznajo vaš neprecenljiv prispevek k življenju lokalne skupnosti.

Vedno znova me razveseli tudi prisotnost direktorja Hotela Delfin, ki se z veseljem odzove vašim povabilom in predstavi novosti, ki jih hotel pripravlja za naše članstvo. Hotel Delfin ostaja eden pomembnih simbolov naše povezanosti in skrbi za kakovostno preživljanje prostega časa starejših.

Naše druženje pa se nikakor ne konča pri občnih zbiorih. Z enakim veseljem se udeležujem pevskih revij, koncertov, literarnih večerov, predstavitev knjig, rokodelskih, likovnih, kiparskih in fotografskih razstav, športnih tekmovanj, srečanj prostovoljk in prostovoljcev programa Starejši za starejše, medgeneracijskih prireditev ter številnih drugih dogodkov, ki jih pripravljate po vsej Sloveniji. Vsak od njih pripoveduje

svojo zgodbo in dokazuje, kako bogato, ustvarjalno, dejavno in srčno je življenje v naših društvih.

Ob tej priložnosti bi se vam rada še enkrat iskreno zahvalila za vsako povabilo. Hkrati pa se opravičujem vsem, pri katerih zaradi drugih obveznosti nisem mogla biti navzoča. Veseli me, kadar vas lahko obišče kateri od naših podpredsednikov, članov izvršnega odbora ali drugih predstavnikov vodstva, čeprav se včasih zgodi, da smo vsi istočasno zadržani.

Prepričana sem, da bomo zamujene priložnosti kmalu nadomestili. Pred nami je še veliko srečanj, dogodkov in lepih trenutkov. Kajti tisto, kar ustvarjamo skupaj, niso le prireditve in občni zbori. To so vezi med ljudmi, prijateljstva, medsebojno zaupanje in spomini, ki bogatijo naša življenja ter utrjujejo veliko družino Zveze društev upokojencev Slovenije.

Prav v tem je največja moč ZDUS – da povezuje ljudi, spodbuja prostovoljstvo, ohranja kulturno ustvarjalnost, športni duh, medgeneracijsko sodelovanje in dokazuje, da tretje življenjsko obdobje ni čas umikanja, temveč čas dejavnega, ustvarjalnega in dostojanstvenega življenja.

Hvaležna sem, da sem lahko del teh zgodb. Hvala, ker jih ustvarjate skupaj z nami.

Vaša, Zdenka Jan

Upravni odbor ZDUS o ključnih vprašanjih starejših



V prostorih Zveze društev upokojencev Slovenije je v torek, 14. julija, potekala 41. redna seja Upravnega odbora ZDUS v mandatnem obdobju 2023–2027. Z minuto molka so se članice in člani UO ZDUS spomnili na nekdanjega predsednika ZDUS Janeza Sušnika, ki nas je nenadoma zapustil konec minulega meseca.

Članice in člani upravnega odbora obravnavajo vrsto pomembnih vsebinskih in organizacijskih tem, ki zadevajo delovanje ZDUS ter položaj starejših v Sloveniji. Predsednica ZDUS, Zdenka Jan, pravkar poroča o delu vodstva med obema

sejama, upravni odbor pa bo obravnaval tudi izvrševanje sprejetih sklepov ter potrdil zapisnike preteklih sej. Med osrednjimi vsebinskimi točkami so še razprava o problematiki neposrednih pogodb Nepremičninskega sklada pokojninskega in invalidskega zavarovanja, predstavitev dosedanjega delovanja Demografskega sklada ter razmislek o njegovem nadaljnjem razvoju. Člani se bodo seznanili tudi s poročilom o letošnjih Dnevh medgeneracijskega sožitja (DMS 2026) ter pojasnilom Komisije za šport, rekreacijo in gibalno kulturo glede napake pri podelitvi pokalov na državnih športnih igrah.

Na dnevnem redu je tudi predlog za začetek postopkov vključitve ZDUS v Ekonomsko-socialni svet, obravnava sprememb Statuta Zavoda za založniško dejavnost Vzajemnost, informacija o poslovanju Vzajemnega pokojninskega sklada na dan 30. junija 2026 ter predlog razdelitve dividend družbe Delfin hotel ZDUS d.o.o. Upravni odbor se bo seznanil tudi z izvolitvijo novega predsednika Strokovnega sveta ZDUS in obravnaval vprašanja pod točko razno.

Naj omenimo, da na seji sodelujejo tudi državni sekretar na ministrstvu za finance, g. Peter Papež, in generalni direktor Direktorata za javno premoženje, mag. Aleksander Nagode, ter pomočnica generalnega direktorja NSPIZ, ga. Irena Kadunc in vodja upravljanja nepremičnin, g. Andrej Kos.

S sprejemanjem odločitev na teh področjih Upravni odbor ZDUS nadaljuje prizadevanja za učinkovito delovanje zveze, zastopanje interesov upokojencev ter razvoj tistih programov, ki prispevajo h kakovostnejšemu življenju starejših.



Ko se v Izoli zbere vodstvo ZDUS, to ni zaradi pogleda na morje ...

V hotelu Delfin v Izoli je sredi minulega meseca potekala 37. redna skupščina družbe Hotel Delfin d.o.o. Izola. Dogodek je pritegnil posebno pozornost tudi zaradi dejstva, da se ga je udeležilo celotno vodstvo ZDUS – predsednica Zdenka Jan, podpredsednika Stanko Kranvogel in Erik Hofbauer ter generalna sekretarka Andreja Gorše Lotrič.

Njihova prisotnost je še enkrat potrdila pomen Hotela Delfin za slovenske upokoјence in za organizacijo, ki hotel že desetletja razvija kot eno svojih najpomembnejših pridobitev. Na skupščini so bili obravnavani ključni dokumenti in vprašanja poslovanja družbe, člani skupščine pa so sprejeli potrebne sklepe za nadaljnje uspešno delovanje hotela.

Hotel Delfin ostaja več kot le turistični objekt. Za številne upokoјence predstavlja drugi dom ob morju, prostor druženja, oddiha in medgeneracijskega povezovanja. Zato je odgovornost vseh, ki soustvarjajo njegovo prihodnost, toliko večja.

Po uvodnem pozdravu direktorja hotela, g. Milivojevića, je vodenje skupščine prevzela ga. Zdenka Jan, predsednica ZDUS. Med drugim so se člani skupščine seznanili z Letnim poročilom Družbe za leto 2025, s Poročilom Nadzornega sveta družbe za leto 2025, z izborom direktorja družbe za mandatno obdobje 2026–2030 ter razpravljali o bodičih razvojnih načrtih hotela. Po končani Skupščini sta ga.



Zdenka Jan in ga. Ida Javornik, predsednica NS hotela Delfin, ob prisotnosti direktorja, svečano otvorili novo pridobitev hotela, in sicer popolnoma novo telovadnico, ki bo na voljo vsem gostom hotela. Telovadnica se nahaja v prelepih prostorih pritličja, s povezavo v 1. nadstropje, od koder se razprostre prečudovit pogled na izolsko marino. Tako vodstvo hotela družno z vodstvom ZDUS, člani Skupščine in Nadzornim odborom, sledi začrtani razvojni viziji z dodatnimi storitvami za vse upokoјence, ki letujejo v našem hotelu.

Sicer pa vodstvo hotela v soglasju z nadzorniki in lastnikom, torej ZDUS, sprejema odločitve, ki vplivajo na nadaljnji razvoj hotela. Kakšni bodo rezultati tokrat sprejetih sklepov, bo pokazal čas, dejstvo pa je,

da je Delfin za ZDUS preveč pomemben, da bi se o njegovi prihodnosti odločalo takole, mimogrede.

Včasih je že sama prisotnost najvišjih predstavnikov organizacije dovolj zgovorna! Še posebej v času, ko se številne nevladne organizacije srečujejo z izzivi financiranja, negotovostjo na trgu dela in vse večjimi pričakovanji svojih članov.

Hotel Delfin tako ostaja mnogo več kot hotel. Je zgodba generacij, ki so ga gradile, podpirale in se z njim, skozi leta, poosebljale, in prav zato si zasluži premišljene odločitve, odgovorno upravljanje ter jasn pogled v prihodnost.

Nekateri hoteli prodajajo sobe, Delfin pa že desetletja predvsem občutek pripadnosti.

ČK, foto AGL

AKTIVNOSTI VODSTVA

ZDUSPLUS

Predsednica Jan in Generalna sekretarka pri predsednici republike

Predsednica Republike Slovenije, Nataša Pirc Musar, je v Predsedniški palači sprejela predstavnike organizacij, združenih v Medgeneracijsko koalicijo Slovenije (MeKoS). Zvezo društev upokoјencev Slovenije sta na srečanju zastopali predsednica ZDUS, Zdenka Jan, in generalna sekretarka ZDUS, Andreja Gorše Lotrič.

Predstavnici ZDUS sta predsednici republike predstavili pogled starejše generacije na aktualne družbene izzive ter poudarili pomen aktivnega vključevanja starejših v procese odločanja na vseh ravneh. Posebej sta opozorili na potrebo po krepitvi medgeneracijskega dialoga, spoštovanju izkušenj starejših ter oblikovanju politik, ki bodo zagotavljale dostojno

in varno staranje prebivalstva. V pogovoru so bile predstavljene tudi aktivnosti Medgeneracijske koalicije Slovenije, ki povezuje organizacije mladih in starejših, ter pregled uresničevanja zavez do obeh generacij. Sogovorniki so izpostavili pričakovanja mladih in starejših do prihodnje vlade, med drugim na področju vključevanja v procese odločanja, med-

generacijskega sodelovanja in ustvarjanja pogojev za kakovostno življenje vseh generacij.

Predsednica republike je izrazila podporo prizadevanjem za krepitev medgeneracijskega dialoga ter večjo vključenost mladih in starejših pri oblikovanju javnih politik. Ob tem je poudarila, da uspešna družba temelji na sodelovanju, medsebojnem spoštovanju in solidarnosti med generacijami. Udeleženci srečanja so se strinjali, da je odprt in konstruktiven dialog med organizacijami starejših, mladih in odločevalci ključnega pomena za uspešno reševanje izzivov, s katerimi se sooča slovenska družba.

A.G.L., foto Urad PRS



Državno priznanje za prostovoljstvo Zdenki Bevc Škof

V Predsedniški palači je 17. junija potekala slovesna podelitev državnih nagrad in priznanj na področju prostovoljstva za leto 2025, najvišjih državnih priznanj za izjemne dosežke na področju prostovoljstva, njegove promocije in razvoja. Priznanja vsako leto podeljuje Odbor Republike Slovenije za podelitev državnih priznanj na področju prostovoljstva.

Med letošnjimi prejemnicami priznanj je bila tudi **Zdenka Bevc Škof**, ki je prejela **Priznanje Republike Slovenije za prostovoljstvo** za izjemne dosežke pri opravljanju prostovoljskega dela na področjih kulture in umetnosti, socialne dejavnosti ter človeka, narave in družbenih vrednot. Poseben ponos za Zvezo društev upokojencev Slovenije predstavlja dejstvo, da je bila prav ZDUS predlagateljica njene kandidature.

Slovesnosti so se udeležili tudi predsednica ZDUS, **Zdenka Jan**, podpredsednik ZDUS, **Stanko Kranvogel**, Lucija Časar ter številni prijatelji, sodelavci in podporniki, ki že vrsto let spremljajo in cenijo njeno delo. Zdenka Bevc Škof s svojo srčnostjo, predanostjo in neizmerno energijo že desetletja bogati prostovoljski prostor. Njeno delo pomembno prispeva k ohranjanju roko-delske dediščine, krepitvi medgeneracijskega sodelovanja ter povezovanju ljudi v lokalnem in širšem družbenem okolju. S svojim zgledom dokazuje, da prostovoljstvo ni le pomoč drugim, temveč tudi način gradnje bolj povezane, solidarne in človeške družbe.

Predsednica Republike Slovenije, **Nataša Pirc Musar**, je v slavnostnem nagovoru poudarila, da se vrednost človeka meri po tem, koliko dobrega je pripravljen deliti z drugimi, ter da prostovoljstvo predstavlja eno najplemenitejših oblik skrbi za skupnost in skupno dobro.

V ZDUS smo izjemno ponosni, da je to ugledno državno priznanje prejela naša dolgoletna prostovoljka. Zdenki Bevc Škof iskreno čestitamo ter se ji zahvaljujemo za njeno nesebično delo, predanost in navdih, ki ga s svojim zgledom prenaša na številne generacije prostovoljk in prostovoljcev. Njeno priznanje je hkrati priznanje vsem tistim, ki verjamejo, da lahko z dobrimi deli spreminjajo svet na bolje.

T.K. foto Urad PRS



Srečanje NVO pri Varuhinji človekovih pravic

Ob svetovnem dnevu telekomunikacij in informacijske družbe je Varuhinja človekovih pravic pripravila srečanje predstavnikov nevladnih organizacij vključujoče informacijske družbe (NVO VID). Namen srečanja je bil izmenjati izkušnje o vplivu digitalizacije na človekove pravice ter opozoriti na pomanjkljivosti, ki jih prinaša hiter razvoj informacijskih tehnologij.

Na srečanju so sodelovali predstavniki organizacij s področij digitalne dostopnosti, umetne inteligence, izobraževanja, varnejšega interneta, elektronske participacije, ponovne uporabe IKT-opreme, sodobnih zasvojenosti in drugih področij. Starejše je zastopala Zveza društev upokojencev Slovenije (ZDUS), ki je hkrati največja organizacija v mreži NVO VID.

Skupno sporočilo vseh udeležencev je bilo jasno: digitalizacija mora ostati v službi človeka. Napredne digitalne storitve so dobrodošle, vendar ne smejo izriniti klasičnih načinov komuniciranja in dostopa do javnih storitev. Številni ljudje zaradi starosti, invalidnosti ali drugih objektivnih razlogov digitalnih rešitev ne morejo uporabljati v enaki meri kot mlajše generacije.

Predstavniki ZDUS so poudarili, da zveza podpira digitalni razvoj in tudi sama uvaja digitalizacijo svojih evidenc ter spodbuja uporabo koristnih storitev, kot sta eUprava in zVEM. Ob tem pa opozarja, da morajo biti digitalna orodja prilagojena tudi sta-



rejšim uporabnikom. Pri njihovem razvoju bi morali sodelovati predstavniki ranljivih skupin, saj številne rešitve v praksi niso dovolj pregledne, preizkušene ali uporabniku prijazne. Posebna pozornost je bila namenjena zaščiti zasebnosti, enakopravnemu dostopu do digitalnih storitev ter spletnim prevaram. Starejši zaradi slabšega poznavanja sodobnih tehnologij, večjega zaupanja in težjega prepoznavanja tveganj pogosto postanejo tarča goljufij, zlorab osebnih podatkov in agresivnega digitalnega oglaševanja. Zato je nujno okrepiti ozaveščenost, izobraževanje in preventivne aktivnosti. Zaradi pomanjkanja časa nismo posebej izpostavili teme **zavajanja** starejših z namenom pridobitve

osebnih bančnih podatkov in njihovega izkoriščanja za prevare. Starejši so zaradi znanih razlogov pogosto tarča prevar. Lahko rečemo, da je tu hkrati prisotnih več kršitev človekovih pravic, diskriminacija, kršenje zasebnosti in spletno nasilje. Srečanje je potrdilo, da imajo Varuhinja človekovih pravic in organizacije NVO VID skupen cilj – zagotoviti, da bo digitalna preobrazba potekala ob spoštovanju človekovih pravic ter da nihče ne bo izključen zaradi starosti, zdravstvenega stanja ali pomanjkanja digitalnih znanj. Prav sodelovanje med državnimi institucijami in nevladnimi organizacijami je pri tem ključnega pomena.

Janez Kastelic, foto urad VČP

Predsednica ZDUS obiskala Zasavsko PZDU

Predsednica ZDUS, Zdenka Jan, je danes v okviru obiskov pokrajinskih zvez društev upokojencev skupaj z generalno sekretarko Andrejo Gorše obiskala Zasavsko pokrajinsko zvezo društev upokojencev. Gostitelj srečanja je bil predsednik pokrajinske zveze Marjan Dolinšek.

Na delovnem srečanju so sodelovali tudi predsedniki društev upokojencev: **Milan**

Zmrzlake (DU Gabrovka), **Branka Skaza** (DU Hrastnik), **Mira Štaut** (DU Dol pri Hrastniku), **Tone Beja** (DU Zagorje), **Vida Vukovič** (DU Litija) ter predsednik nadzornega odbora **Andrej Ferjančič**. Srečanju se je pridružil tudi župan Občine Zagorje ob Savi in podpredsednik Državnega sveta **Matjaž Švagan**.

Po uvodnem pozdravu predsednika pokrajinske zveze, Marjana Dolinška, in na-

govoru predsednice ZDUS, Zdenke Jan, so predstavniki društev predstavili svoje delo, dosežke ter izzive, s katerimi se srečujejo pri vsakodnevnem delovanju.

Posebno pozornost so namenili izvajanju programa **Starejši za starejše** in prostovoljstvu, prizadevanjem za povečanje članstva ter povezovanju z drugimi organizacijami v lokalnem okolju. Kot pomembne partnerje so izpostavili sodelo-

vanje z organizacijami Rdeči križ Slovenije, invalidskimi organizacijami, krajevnimi skupnostmi, občinami ter osnovnimi in srednjimi šolami.

Predsednica ZDUS je z zanimanjem prisluhnila vprašanjem in pobudam udeležencev ter poudarila pomen prenosa uspešnih rešitev in primerov dobrih praks tudi v druge pokrajinske zveze. Izpostavila je, da prav izkušnje društev predstavljajo pomembno podlago za nadaljnje delo in razvoj organizacije. Srečanje je potekalo v odprtem, konstruktivnem in prijetnem vzdušju. Ob zaključku se je predsednica ZDUS vsem navzočim iskreno zahvalila za njihovo predano, srčno in prostovoljno delo ter poudarila, da si bo vodstvo ZDUS tudi v prihodnje



prizadevalo za večjo prepoznavnost organizacije, učinkovito zastopanje interesov upokojencev ter ustvarjanje čim

boljših pogojev za delovanje društev upokojencev po vsej Sloveniji.

Besedilo in foto, M.S.

Københavnska deklaracija EURAG

Evropska zveza starejših oseb (EURAG) je najstarejša evropska nevladna organizacija starejših in za starejše, ustanovljena leta 1962 na pobudo pionirjev tako imenovanega »dela s starejšimi« iz različnih evropskih držav. Gre za neprofitno in nereligiozno organizacijo, neodvisno od političnih strank in gospodarskih interesnih skupin. Danes združuje individualne in institucionalne člane iz 30 evropskih držav ter ima že vrsto let posvetovalni status pri Ekonomskem in socialnem svetu Združenih narodov.

Aprila 2026 je EURAG skupaj z organizacijama Danish Seniors in Global Seniors iz Danske v danskem parlamentu v Københavnu organiziral konferenco z naslovom: »**Prihodnost starejših. Aktivno staranje in državljanska participacija v spreminjajočem se svetu,**« ki sta se jo v imenu naše zveze udeležili predsednica Zdenka Jan in generalna sekretarka, Andreja Gorše Lotrič.

S predstavitvami uglednih raziskovalcev, politikov, predstavnikov mlajše in starejše generacije ter primerov iz organizacij civilne družbe po vsej Evropi je konferenca

raziskovala, kako lahko starejši prispevajo h krepitvi in razvoju demokracije, solidarnosti in družbene povezanosti v hitro spreminjajoči se in starajoči se evropski družbi. Evropa se danes sooča z resnimi izzivi ter z zamrznjenimi ali oboroženimi konflikti na posameznih območjih, kar je bilo posebej nazorno predstavljeno v prispevkih iz Ukrajine in Moldavije.

Ta deklaracija povzema glavne ugotovitve, sklepe in priporočila mednarodne razprave na konferenci ter odraža težave in nove perspektive, ki jih ustvarjajo hitre politične, gospodarske, družbene in kulturne spremembe, zlasti glede položaja, dojemanja in odgovornosti starejših v evropski družbi. Najprej je bilo močno poudarjeno, da morajo državljani in odločevalci v Evropi prepoznati in sprejeti obseg ter globino posledic, ki jih imajo sedanje spremembe za življenjske razmere Evropejcev, ter potrebo po enotni podpori temeljnim vrednotam, na katerih temelji evropska družba. Le tako bo mogoče konstruktivno odgovoriti na nove izzive in oblikovati ustrezne politike ter strategije.

Evropska družba in zlasti njeni ključni deležniki morajo v celoti razumeti, da so starejši neločljiv del družbe, da imajo enake neodtujljive človekove in temeljne pravice kot vsi drugi člani družbe ter da je družbena povezanost mogoča le, če starejši niso potisnjeni na obrobje družbe, temveč so deležni pozornosti, podpore in skrbi, ki ustrezajo njihovim potrebam.



Zgodovina je Evropejcem dala vizijo resnično humanistične družbe, katere vrednote je treba uresničevati skozi načela brezpogojnega spoštovanja človekovega dostojanstva, svobode, enakosti in solidarnosti v okviru pravne države. Ta načela morajo biti uresničena v demokratičnem sistemu, ki temelji na aktivnem sodelovanju državljanov.

Z ustvarjanjem ustreznih priložnosti in spodbud morajo biti starejši dejavno vključeni v demokratične procese. Njihova naloga je pomagati pri uresničevanju naših vrednot in ciljev, s čimer prispevajo k boljšim življenjskim razmeram vseh ter soustvarjajo prihodnost družbe na podlagi modrosti in izkušenj, pridobljenih skozi vse življenje.

Izjemno pomembno je zavedanje, da starejši nikakor niso homogena skupina. Zaradi svojih življenjskih izkušenj so zelo raznoliki posamezniki z različnimi stališči, sposobnostmi, prepričanji in mnenji. Poleg tega je evropska družba sestavljena iz ljudi različnih izvorov in življenjskih okolij. Vsem je treba omogočiti, da prispevajo k dosežkom družbe, pri njih sodelujejo in imajo od njih koristi.

Obramba svobode mora biti razumljena kot nepogrešljiv temelj človekovega obstoja, saj pomeni odločno zavračanje nadvlade in neupravičenega ravnanja. Vsakomur mora zagotavljati pravico do

osebne neodvisnosti in samoodločanja, pravico do združevanja, pravico do osebne izbire ter pravico sprejemati odgovornosti ali zavrniti neupravičene obveznosti. Zagotavljanje teh pravic je pomembno za vse ljudi, še posebej pa za posameznike z zmanjšanimi sposobnostmi.

Načelo enakosti je treba uresničevati tako, da »enake obravnavamo enako«, hkrati pa »neenakih ne obravnavamo enako«. Le z doslednim uresničevanjem tega načela, zlasti na področju socialne in davčne politike, je mogoče ustrezno zaščititi ljudi v stiski, prikrajšane in nemočne posameznike. Enakost, priznanje in spoštovanje so posebej pomembni za vse, ki jih družba dojema kot drugačne od večine.

Solidarnost je vezivo, ki ustvarja družbeno povezanost in s tem temelje blaginje. Še posebej pomembna je medgeneracijska solidarnost, zato je naloga vseh ravni družbe, da jo organizirajo in spodbujajo na solidarnostnih načelih. Solidarnost in pripravljenost na delitev je treba razumeti in negovati v vseh življenjskih obdobjih. To je mogoče doseči z intenzivnim dialogom med starejšo in mlajšo generacijo.

Starejše je treba razumeti kot varuhe dragocenih vrednot evropske družbe, ki lahko prenašajo naprej tiste prvine, ki ustvarjajo kakovost našega skupnega življenja. Zato je treba spodbujati in podpirati njihovo

prostovoljno sodelovanje v javnih razpravah in procesih družbenega odločanja. Prav tako je izjemno pomembno zagotoviti, da so deležni polnega spoštovanja in da je njihov prispevek k razvoju družbe ustrezno priznan.

Nekateri elementi morajo ostati temeljne značilnosti vseh procesov, ki vplivajo na naravo in usmeritev družbe: preglednost, odgovornost, dolžnost pojasnjevanja odločitev ter vključevanje vseh. To med drugim pomeni, da nikomur ne sme biti preprečeno sodelovanje, da se o ljudeh ne sme odločati brez njihove vključenosti in da nihče ne sme biti potisnjen na rob ali zapostavljen.

Osrednja odgovornost vseh družbenih akterjev je, da starejše vključujejo oziroma tesno povezujejo s svojim delom pri reševanju izzivov, s katerimi se sooča evropska družba. Le tako bo mogoče oblikovati poti in rešitve, ki bodo učinkovito vodile do ustreznih, pravičnih, sprejemljivih in uspešnih odgovorov na sedanje razmere ter k oblikovanju prihodnosti.

Za EURAG in v njegovem imenu

København, 20. julij 2026

Dirk Jarré predsednik in

Soorganizatorja konference

v Københavnu:

Peter Rudolf Hansen Danish Seniors

Povl Anker Andersen Global Seniors

Prostovoljci programa SzS so se zbrali v Sveti Ani

Podpredsednik ZDUS, Stanko Kranvogel, se je konec julija udeležil srečanja prostovoljk in prostovoljcev programa Starejši za starejše iz pokrajine Zgornje Podravje 1, ki je potekalo pri Sveti Ani v Slovenskih goricah, v gostišču Kramberger.

Zbrali so se prostovoljci iz petnajstih društev upokojencev, društveni koordinatorji in predsedniki društev. Srečanje se je začelo v prijetnem vzdušju s kulturnim programom domačih pevk in nastopom otrok, ki so za svoje petje prejeli bučen aplavz.

Navzoče je uvodoma pozdravila pokrajinska koordinatorka programa, Marija Volmajer, ki je predstavila dosežke društev v preteklem letu ter se zahvalila vsem, ki s svojim delom prispevajo k uspešnosti programa. Udeležence so nagovorili tudi



župan Občine Sveta Ana, Martin Breznik, predsednik PZDU Zgornje Podravje, Franc Slavinec, predsednica Programskega sveta programa Starejši za starejše, Vijola Bertalanič, in predsednica domačega društva.

Podpredsednik ZDUS je v imenu predsednice ZDUS Zdenke Jan in vodstva zveze pozdravil vse navzoče ter se posebej zahvalil županu za dolgoletno materialno in moralno podporo društvu in programu. Zahvalo je namenil tudi pokrajinski koor-

dinatorki Mariji Volmajer za njeno predano delo ter predsedniku PZDU Francu Slavincu, ki je pomemben podpornik programa in dolgoletni član Upravnega odbora ZDUS.

Posebno priznanje je izrazil vsem prostovoljkam in prostovoljcem, društvenim koordinatorjem ter predsednikom društev, ki s svojo srčnostjo, predanostjo in nesebičnim delom pomembno prispevajo k boljši kakovosti življenja starejših. Spregovoril je tudi o financiranju programa in

pomenu storitve E-oskrba za varnejše in samostojnejše življenje starejših.

Srečanje se je zaključilo z besedami zahvale in spodbudami, naj prostovoljci tudi v prihodnje zavzeto skrbijo za osamljene, bolne in onemogle starejše. Celotno srečanje je potekalo v prijetnem, prijateljskem in sproščenem vzdušju, ki je znova potrdilo, kako pomembna je mreža prostovoljstva pri skrbi za starejše v lokalnem okolju.

Besedilo in foto K.S.

Prostovoljci programa Starejši za starejše v projektih za pomoč starejšim

Prostovoljci programa Starejši za starejše v Zasavski pokrajini redno sodelujemo pri različnih projektih na območju občin in regije, katerih skupni cilj je izboljšanje kakovosti življenja starejših. V lokalnem okolju smo prepoznani kot skupina, ki dobro pozna potrebe, težave in stiske starejših. S svojimi izkušnjami in neposrednim stikom z njimi lahko zaznane potrebe posredujemo pristojnim ustanovam ter skupaj z različnimi deležniki soustvarjamo rešitve za prijaznejše in varnejše okolje za starejše.

Dobro sodelujemo z lokalnimi ustanovami, ki nas vabijo na delavnice, predavanja, posvete in srečanja, kjer si izmenjujemo mnenja in dobre prakse. Takšna sodelovanja so za nas dragocena, saj omogočajo povezovanje različnih strok in organizacij, katerih skupni cilj je dobrobit starejših. Med drugim sodelujemo:

s Centri za socialno delo pri predstavitvah pravic starejših, ki jih izvajamo po posameznih krajevnih skupnostih. Prepričani smo, da so informacije na ta način starejšim dostopnejše. Na posvetih sodelujejo predstavniki centrov za socialno delo, predstavniki programa Starejši za starejše, občin, zdravstvenih domov, Rdečega križa in krajevnih skupnosti;

z Zasavsko ljudsko univerzo pri kreativno-posvetovalnih delavnicah, na katerih raziskujemo, katera znanja, veščine in vsebine ljudje po 65. letu starosti danes najbolj potrebujejo za aktivno, varno in kakovostno življenje;

pri projektu LIFE4ADAPT – Vročina v Hrastniku, strateškem integriranem projektu Slovenije na področju prilagajanja pod-



nebnim spremembam. Namen projekta je prispevati k uresničevanju nacionalne strategije prilagajanja na podnebne spremembe ter razvijati rešitve za učinkovito prilagajanje vse pogostejšim vročinskim valovom in drugim ekstremnim vremenskim pojavom. Posebna pozornost je namenjena ranljivim skupinam, med katerimi so starejši še posebej izpostavljeni. Prostovoljci programa sodelujemo na delavnicah in predstavitvah na hidracijskih točkah v Hrastniku in Dolu pri Hrastniku, kjer s svojimi izkušnjami opozarjamo na potrebe starejših in prispevamo k iskanju ustreznih rešitev. Aktivnosti organizirata okoljska organizacija Focus in Občina Hrastnik.

S sodelovanjem v teh projektih širimo svoje znanje, pridobivamo nove izkušnje ter utrjujemo sodelovanje z ustanovami, ki pomembno vplivajo na kakovost življenja starejših. Tako pridobljena spoznanja pre-

našamo tudi v naše prostovoljsko delo na terenu.

V domačem okolju si prizadevamo pridobiti znanja z rednih letnih izobraževanj, ki jih za koordinatorje in prostovoljce programa Starejši za starejše pripravlja strokovna služba programa pri ZDUS, nadgrajevati ter jih uspešno vključevati v vsakodnevno delo s starejšimi.

Verjamem, da bomo s predanostjo naših prostovoljcev tudi v prihodnje pomemben člen pri obveščanju starejših o njihovih pravicah, prepoznavanju njihovih potreb ter soustvarjanju izboljšav za prijaznejši, varnejši in kakovostnejši vsakdan vseh starejših v naši regiji. Prav povezovanje, medsebojno sodelovanje in pripravljenost prisluhniti so temelj uspešnega prostovoljskega dela in družbe, v kateri starejši niso spregledani, temveč spoštovani in vključeni.

Jerica Laznik

Dan odprtih vrat DU Ajdovščina

V Društvu upokojencev Ajdovščina smo že spomladi pripravili dan odprtih vrat, ki smo ga povezali z vseslovensko akcijo Slovenske filantropije Dan za spremembe, poteka jočo pod geslom »Dajte nam mir«. V društvu smo temu dodali svoj podarek in dogodek poimenovali »Ohranjajmo mir«, mir v sebi, v medsebojnih odnosih in v skupnosti, ki jo skupaj ustvarjamo.

Živimo v izrazito kaotičnem času, ki je hiter, nemiren in poln izzivov. Osamljenost, občutek odrinjenosti in izguba življenjskega ritma hitro načnejo notranje ravnesje. Zavedamo se, da je povezovanje med ljudmi neprecenljive vrednosti, zato si v našem društvu prizadevamo ustvarjati prijazno okolje, kjer se vsak počuti sprejetega, slišane in spoštovanega. Naše aktivnosti niso le način preživljanja prostega časa, temveč tudi priložnost za ohranjanje življenjske energije, vedrine in aktivnosti.

Na dogodku, ki je od poldneva pa vse do večera potekal v veselem vzdušju, smo predstavili pestro paleto naših dejavnosti in zloženko je prejel vsak obiskovalec.

Pričel se je z ustvarjalnim uvodom, delavnico »Vrednost časa in dotika« ter predstavitev ročnih del lokavških žena, ki so obiskovalcem približale svoje spretnosti. Vzporedno je potekala fotografska razstava »Ujeti trenutki poti« Primorskega Škljoca, s stojnice zeliščarskega krožka pa je čarobno dišalo po »Okusih in vonjih naših steza«.

Uradno otvoritev so z melodijami pospreмили kitaristi skupine Akordi, zbrane pa sta nagovorili predsednica Sonja Šinigoj in Eva Mermolja, direktorica LU. Program je s srčnostjo in toplino povezovala Irena Vidmar, koordinatorica Starejši za starej-



Kitaristi skupine Akordi



Podelitev priznanja PZDU Rožici Kovač

še, in ta se je odvil skozi različne vsebinske sklope.

Zdravje in aktivno življenje: »Četrtekove pohode za srce in dušo« je živahno opisal M. Soban, »Vitalnost v športu« športne aktivnosti M. Marc, A. Marc pa je navdušil s prikazom igre Štrbunk. Z M. Čotar smo telovadili »Telovadba za zdravo jesen«. Psihologinja Anja Kodrič iz CKZ ZD Aj-

dovščina nam je z izjemnim predavanjem osvetlila pomen ohranjanja duševnega zdravja.

Kulturni utrinki in prostovoljstvo: za sproščeno vzdušje sta poskrbela skeča »Lahko je nevarno« in »Tinčina pita« skupine DPS Zarja. O izletih in letovanjih »Potuj, raziskuj, uživaj« je pripovedovala R. Kovač. Program Starejši za starejše ter pomen dolgoživosti družbe sta predstavili I. Vidmar in J. Polanc. Prostovoljci S. Hari, Z. Cipek, F. Krašna, Z. Knez in M. Blažko pa so ganljivo opisali svoje razloge in zadovoljstvo ob obiskih starejših na domu. Glasbeni in plesni zaključek: nastopili so vokalna skupina Bršljan in DPS Zarja s petjem »Ko pesem dušo poboža«. Poseben čar so dogodku dodali plesni pari »Harmonija plesa« ob spremljavi M. Defferija.

Poseben trenutek smo namenili naši Rožici Kovač, ki je prejela priznanje PZDU Severnoprimske pokrajine. Čestitali smo ji za njeno dolgoletno, požrtvovalno in nesebično delo, s katerim je neizbrisno zaznamovala delovanje društva. Ob zaključku smo se zahvalili vsem, ki so darovali svoj čas, talent in srce. Posebna zahvala je bila namenjena prostovoljcem, ki z neusahljivo dobroto skrbijo za starejše, ter Občini Ajdovščina, LU Ajdovščina, CKZ ZD Ajdovščina in lokalnim podjetjem za podporo pri izvedbi.

Dogodek smo sklenili s sproščenim druženjem in skupno željo, da »Ohranjajmo mir« postane naš vsakdanji način življenja, ob zavedanju najdragocenejših preprostih stvari: prijazna beseda, miren trenutek in čas drug za drugega.

I. Vidmar, S. Šinigoj, foto DU Ajdovščina



Pelo je veliko prijateljev

Revija pevskih zborov društev upokojencev PZDU Celje Pojmo prijatelji, ki je bila 20. maja v Kulturnem domu Mozirje, je potrdila, da je prepevanje v pevskih zborih ena izmed žlahtnih tradicij društev upokojencev na Celjskem.

Nastopilo je 13 pevskih zborov: Moški pevski zbor Adolfa Tavčarja DU Slovenske Konjice, Mešani pevski zbor DU Laško, Veseli vižarji DU Dobrna, Pevsko društvo upokojencev Celje, Pevski zbor DU Podčetrtek, Mešani pevski zbor DU Griže-Zabukovica, Ženski pevski zbor DU Slovenske Konjice, „Klepetulje“ - ljudske pevke DU Velika Pirešica - Galicija, Mešani pevski zbor DU Šempeter v Savinjski dolini, Mešani komorni pevski zbor DU Vojnik, Nonet deklet Medobčinskega društva invalidov Žalec (gostje), Dekleta z Marofa DU Prebold in Mešani pevski zbor upokojencev in invalidov Mozirje.

Raznoliki zbori glede na pevsko tradicijo in število pevcev so prišli iz vseh delov celjske pokrajine. Vsak je zapel po dve pesmi. Velik del programa so predstavljale narodne pesmi, ki gredo še posebej dobro v uho. To je potrdila tudi polna dvorana navdušenih poslušalcev, ki so jih s pesmijo in plesom razveselili tudi domači osnovnošolci. Revijo je povezovala **Živa Dobnik**, pevske nastope je strokovno ocenjevala **Anka Jazbec**.

Pevke, pevce in poslušalce so pozdravili predsednik PZDU Celje **Jakob Presečnik**, župan Občine Mozirje **Ivan Suhoveršnik**, predsednica ZDUS, **Zdenka Jan**, in član Komisije za kulturo pri ZDUS

Zlatko Trebovšek. Zahvalili so se pevcem in organizatorjem, ker ohranjajo ljubezen do zborovskega petja, ki nas bogati, povezuje, ter napolni s pozitivnimi čustvi.

Ponosni smo lahko, da je zborovska tradicija v društvih upokojencev na Celjskem še vedno tako živa in združuje toliko zavzetih pevk in pevcev. Srečanja, kakršno je revija Pojmo prijatelji, je tudi tokrat potrdilo, da je najlepše in najbolj veselo v družbi ljudi, ki čutijo enako ljubezen do slovenske pesmi. Dvorano v Mozirju so tako nastopajoči kot tisti, ki so jih prišli poslušati in podpreti, zapuščali zadovoljni. Skupna pesem in veselo druženje so prav tako prispevali k enoglasni skupni oceni: „Lepo je bilo!“. Vse ure, preživete na pevskih vajah, so bile tako bogato poplačane, prav tako ves trud organizatorjev.

Milena Brečko Poklič, foto Vladka Dobnik

Revija pevskih zborov PZDU Pomurje

Pomurska pokrajinska zveza društev upokojencev, komisija za kulturo in izobraževanje, je skupaj z Društvom upokojencev Dobrovnik in Občino Dobrovnik v kulturni dvorani v Dobrovniku pripravila pokrajinsko revijo upokojenskih pevskih zborov z naslovom »Pesem je kakor ptica, ki v življenju poleti«.

Pred začetkom revije so zbrane pevke in pevce pozdravili predstavnica komisije za kulturo pri ZDUS, Danica Kocet, predsednica Društva upokojencev Dobrovnik, Katarina Kovač, predsednica komisije za kulturo pri Pomurski pokrajinski zvezi društev upokojencev Murska Sobota, Darinka Horvat, in **župan Občine Dobrovnik**, Marjan Kardinar.

Revije so se udeležili tudi pevska skupina Dobronaki Nótázók, ki je zapela pesem »Venec madžarskih ljudskih pesmi«. Na osrednji reviji upokojenskih pevskih zborov so nastopili Mešani pevski zbor Vladimir Močan Društva upokojencev Murska Sobota, Mešani pevski zbor »Nimam časa« Društva upokojencev Lendava, Upokojenski pevski zbor »Nimam časa« Društva upokojencev Velika Polana, Mešani pevski zbor Andrej Maroša Društva upokojencev Beltinci, Mešani pevski zbor »Jakob Šešerko« Društva upokojencev Sveti Jurij ob Ščavnici, pevska skupina Prekmurci, Pevski zbor Marjetice Društva upokojencev Moravske Toplice, Mešani pevski zbor Društva upokojencev Cankova, Ženski pevski zbor Društva upokojencev Negova - Spodnji Ivanjci in kvartet Društva upokojencev Beltinci.

Na reviji so pevski zbori zapeli ljudske, ponarodele in druge slovenske ubrane pesmi slovenskih skladateljev. Ob koncu revije so vsi skupaj zapeli pesem **»Zakrivljeno palico v roki«** pod vodstvom zborovodje Mateja Pucka.

Na Dneve medgeneracijskega sožitja v Ljubljani se je uvrstil Mešani pevski zbor Andrej Maroša Društva upokojencev Beltinci. Drugo mesto je osvojil Ženski pevski zbor Društva upokojencev Negova - Spodnji Ivanjci, tretje pa Mešani pevski zbor »Nimam časa« Društva upokojencev Lendava. Selektorica revije je bila Romana Rek iz Ljutomerja.

Ob zaključku je zbrane nagovoril še predsednik Pomurske pokrajinske zveze društev upokojencev Murska Sobota, Milan Osterc.

M.O., foto Pomurski obzornik



Pesem in ples povezala generacije



Na 17. prireditvi »Skupaj ohranjajmo ljudsko pesem in ples« so nastopajoči s petjem, plesom in glasbo navdušili obiskovalce ter prispevali k ohranjanju bogate ljudske dediščine.

V četrtek zvečer, 11. junija, je Društvo upokojencev Straža skupaj z Mešanim pevskim zborom Društva upokojencev Straža pripravilo že 17. prireditev Skupaj ohranjajmo ljudsko pesem in ples. Predstavili so se MePZ DU Straža, Otroška folklorna skupina Brbučki, ljudski pevci Vaški zvon KD Prečna, KUD Mavrica, Glasbena šola Lipičnik, tamburaši folklornega društva Kres in Veteranska folklorna skupina FD

Kres. Prireditev je potekala v Kulturnem domu Straža. Program je povezovala Rafaela Kren, ki je predstavila vse nastopajoče. Namen prireditve je ohranjati in širiti živo ljudsko pesem, v prireditvi povezati vse generacije ter vzpodbujati ohranjanje ljudske kulture. Na začetku prireditve so se predstavili domačini, MePZ DU Straža s tremi pesmimi pod vodstvom zborovodja Mitja Bukovca. Vse zbrane je pozdravila in nagovorila tudi predsednica PZDU Dolenjske in Bele krajine Cirila Surina Zajc. Pevci so se predstavili s tremi točkami, Glasbena šola Lipičnik z dvema skladbama Spomin in Proti jutru Slavka Avsenika, in sicer Nejc

Kušar s klavirsko harmoniko ob spremljavi Tomaža Kušarja in Janija Lipičnika, tamburaši z Venčkom narodnih in Vandrovčkom ter veterani FS Kres z dolenjskimi plesi. Zelo so navdušili tudi najmlajši folkloristi OŠ Vavta vas in TD Straža z ljudskim plesom in pesmijo. Večer so sklenili gostitelji. Vsem se je na koncu prireditve zahvalila Zvonka Struna zaradi odsotnosti predsednice DU Straža Jožice Piškur. Obiskovalci, ki so napolnili dvorano, so bili navdušeni nad večerom ljudskih pesmi in plesov. Vse nastopajoče so nagradili z bučnim aplavzom. Domov so odšli bogatejši za en lep večer.

Besedilo in foto, Helena Murgelj

Živahen utrip naših rokodelcev

Slovensko rokodelstvo je živa dediščina, ki jo s srcem in potrpežljivostjo ohranjajo naši upokojenci. Pod okriljem Zveze društev upokojencev Slovenije deluje močna mreža ustvarjalcev. Ti z izmenjavo znanja, srečanji v Izoli ter sodelovanjem z Obrtno-podjetniško zbornico Slovenije dokazujejo, da sta vrhunska domača obrt in status priznanega mojstra dosegljiva v vseh življenjskih obdobjih.

Po zaslugi Zakona o ohranjanju in razvoju rokodelstva je ZDUS postal uradni nosilec podpornega okolja za rokodelstvo. To poslanstvo Komisija za rokodelstvo pri ZDUS uspešno uresničuje skozi vse leto.

V društvih po Sloveniji redno potekajo sekcije ročnih del, kjer se rešujejo stare tehnike pred pozabo. Rokodelci ponosno razstavljajo na Dnevu medgeneracijskega sožitja na Gospodarskem razstavišču v

Ljubljani, na vseslovenskem srečanju rokodelcev, po društvih in pokrajinskih zvezah, na sejmu Narava in Zdravje in na MOS v Celju. Znanje se prek sodelovanja s šolami uspešno prenaša na mlajše rodove.

Vsako leto decembra se Izola spremeni v živahno rokodelsko središče. Tradicionalne Rokodelske delavnice v Delfinu potekajo pod okriljem Ministrstva za gospodarstvo, delo in šport ter povezujejo ustvarjalce iz vse države. Izobraževanja in praktične delavnice vodijo izkušeni mentorji z uglednimi certifikati. Rokodelske delavnice se zaključijo s slavnostno razstavo unikatnih izdelkov, ki očarajo hotelske goste in obiskovalce. Mnogi člani želijo svoje ustvarjanje dvigniti na uradno raven. Pot do tja vodi prek Obrtno-podjetniške zbornice Slovenije.

Certifikat Rokodelstvo Art&Craft Slovenija potrjuje vrhunsko kakovost ter estetsko in etnološko vrednost izdelka. Kandidat odda

vlogo in vzorce, ki jih oceni neodvisna strokovna komisija. Uspešno ocenjeni izdelki prejmejo zaščitne nalepke, ki jamčijo avtentičnost. Naziv „Priznani rokodellec“ Obrtno-podjetniška zbornica Slovenije vodi uradni Register rokodelcev. Za pridobitev tega naziva morajo kandidati izpolnjevati pogoje glede strokovne usposobljenosti, referenc in pozitivnega mnenja komisije Art&Craft. Naziv posamezniku uradno priznava status mojstra panoge.

Za vse potrebne informacije za pridobitev certifikata ali naziva mojstra panoge je na razpolago strokovna služba ZDUS.

Vsem rokodelkam in rokodelcem, ki svojo bogato znanje in čas posvečate vrhunskim izdelkom in svoje znanje prenašate na mlajše in s tem ohranjate našo bogato kulturno dediščino, se z globokim spoštovanjem zahvaljujemo.

Stanko Kranvogel, podpredsednik ZDUS

Savinjski rokodelci obiskali Vipavsko in Posočje

Vsako leto Toplica-dpž Ljubno, rokodelska sekcija pri DU Ljubno, pripravi strokovno ekskurzijo, to je rokodelski izlet za vse, ki sodelujejo na Festivalu ustvarjalnosti v Radmirju, kjer vsako leto v novembru poteka regijska razstava.

Na tej razstavi sodeluje okoli 50 razstavljalcev in razstavljalcev, mnogi med njimi pa vodijo posamezne rokodelske delavnice, ki trajajo ves čas razstave, najmanj 7 dni. Zadnji dan razstavo spremenimo tako, da so razstavljeni izdelki, izdelani na delavnicah, s čimer dokazujemo, da še obstaja želja po pridobivanju novih veščin, znanj in izkušenj na področju rokodelstva in da je v naši regiji veliko mojstric, ki so vešče posredovanja znanj. Vsi sodelujoči delujemo kot ena velika družina, se tudi izven tega dogodka srečujemo, izmenjujemo izkušnje, delimo znanja, materiale, pripomočke in se na pomlad odločimo za skupen, zabaven izlet.

Letos smo se odpeljali na ogled Tolminskih korit. Na zadnji postaji, kjer so nas čakali udeleženci izleta, v Mengšu, smo se okrepčali z domačo orehovo in bananino potico in popili kavo. Bil je vroč dan, 27. maj, ampak nas je lepota narave tako očarala, da smo na vročino pozabili.

Dobro vemo, da je izlet v izvedbi turistične agencije popolnoma nekaj drugega,

kot ogled, ki ti ga priporočijo domačini. In tudi zato, da bi vse spoštovanje izrazili Nevenki Vidmar, ki jo mnogi poznamo kot neutrudno fotografkinjo v Izoli in izjemno igralko v izvirnih skečih, smo jo poprosili za pomoč. Seveda je bilo veliko usklajevanja, ampak videli in doživeli smo najboljšo, kar je bilo mogoče. Ogledali smo si Vipavski križ, čudovito vasico, s tlakovanimi uličicami in svojevrstno arhitekturo. Prava



vipavska jota, ki je mi ne znamo tako pripraviti, je pobožala naše želodčke in dušo. Potem pa presenečenje: igra in pesem. Izjemno, popolno, občudovanja vredno. Za vse nepozaben sprejem – to doživiš le med res srčnimi prijatelji, med družbi, ki se za svoj obstoj in razvoj dnevno trudijo, ki jim je delo v kulturi in rokodelstvu način življenja, življenja nekega prostovoljca, ki drugim podari svoje znanje, čas in denar in na koncu prejme le zahvalo, lep pogled, nasmeš in objem in če je to iskreno, je nenadomestljivo.

Pa tu v kleti še ni bilo dovolj s presenečenji. Nato so nam rokodelke in rokodelci pripravili razstavo izjemnih vezenih, kvačkanih in drugih izdelkov, tudi iz gline in še marsikaj. Na koncu pa češnje, tako vabljive in sladke, zraven še pecivo, ki so nam ga pripravile in osvežilni napitki.

Vsa zahvala za takšno organizacijo gre Nevenki Vidmar in vsem njenim, ki so pomagali in zavedamo se, da se bomo morali kar potruditi, da obisk povrnemo v enaki meri, da jim razkažemo naše kraje in posebnosti.

Ogledali smo si še izvir reke Hubelj in si v Vipavi po kratkem ogledu prijetnega mesteca privoščili še velik in dober sladoled. Dan je bil popoln. Hvala Nevenka tebi in vsem tvojim.

Margareta Atelšek

Rokodelska razstava v Šeščah

Rokodelke v Šeščah, Občina Prebold, so v soboto, 6. 6. 2026 pripravile bogato razstavo svojih del in tako tudi z bogatim kulturnim programom obeležile pomembni obletnici svojega delovanja, in sicer 35 let delovanja krožka ročnih del in 20 let delovanja skupine klekljaric.

Poleg vezenih, klekljanih, kvačkanih in pletenih izdelkov so razstavo obogatili tudi izdelki iz lesa.

Dvorano smo do zadnjega kotička napolnili obiskovalci iz celotne celjske regije, kar pomeni, da pod vodstvom Milene Klasič delujejo tudi povezovalno in svoja znanja prenašajo tudi izven svojih krožkov in se udeležujejo izobraževanj pri drugih.

Za uspešno delo so se Mileni in vsem rokodelcem in rokodelkam zahvalili predstavniki občine, Margareta Atelšek pa v imenu ZDUS – vodstva iz Ljubljane in tudi v imenu PZDU, kjer je bila Milena do nedavnega koordinatorka rokodelk in rokodelcev.

Po uradnem delu je potekalo sproščeno druženje in izmenjava izkušenj. Pohval res ni manjkalo.

Margareta Atelšek, Koordinatorka rokodelske komisije pri PZDU Celje



**SLOVENSKO
ROKODELSTVO**

Ko kleklji zapojejo ...

Odločitev za postavitev razstave na temo klekljanja je v rokodelski sekciji PZDU Posavje zorela že dolgo časa. Vedno znova smo občudovali prečudovite izdelke naših klekljaric in klekljarjev in bili mnenja, da ni prav, da takšno bogastvo ustvarjalnosti in znanja sameva v predalih.

Zato smo se odločili, da te dragocene izdelke predstavimo širši javnosti in jim namenimo mesto, ki si ga zaslužijo. Svoje izdelke razstavljajo rokodelke DU Radeče, DU Brežice in KD Anton Aškerc iz Koprivnice. Današnja razstava je poklon spretnim rokam, potrpežljivosti, ustvarjalnosti in ljubezni do naše bogate kulturne dediščine. Vsak razstavljen izdelek pripoveduje svojo zgodbo, v njem so ure dela, znanja in predanosti.

Klekljanje ni le veščina, temveč umetnost, ki povezuje ljudi, ohranja tradicijo in bogati naš vsakdan. Srčna hvala JSKD Območni izpostavi Krško, gospe Tinki Vukič, da smo razstavo lahko, tudi z njeno pomočjo, postavili v tem čudovitem ambientu, ki



daje naši razstavi še poseben magični čar. Hvala moderatorki Mihaeli Suvajčević za zelo lep in poučen program ter nastopajočim Jožici Hriberšek, Manji Seher in Sanji in Olivii Pavlič.

Vsem ustvarjalkam in ustvarjalcu, med njimi je namreč tudi ustvarjalec Roman, se

iskreno zahvaljujemo za njihov trud, predanost in dragocen prispevek k tej razstavi. S svojo ustvarjalnostjo in marljivim delom bogatijo našo skupnost ter ohranjajo dragoceno rokodelsko dediščino. Razstava je bila na ogled do 13. julija.

PZDU Posavje

AKTIVNOSTI SEKCIJ

ZDUSPLUS

Lep izlet v Sežano

Pesem s Krasa

*Bori dehtijo, bori dehtijo,
njih vonj je zdrav in močan
in kdor se vrne iz njih samote,
ta ni več bolan. (Srečko Kosovel)*

Ker je letos Kosovelovo leto, smo se 25. maja z avtobusom odpeljali na izlet v Sežano. Najprej smo se ustavili pri spomeniku pesnika Srečka Kosovela in mu v naročje položili šopek nageljnov. V Knjižnici Srečka Kosovela nas je pozdravil direktor Marko Matičetov in nam predstavil dejavnost in dogodke v maju.

Nato so v študijski sobi nastopili člani Sekcije Celje in recitali izbrane pesmi Srečka Kosovela. Zelo lepo! Na vodenem ogledu Kosovelove spominske sobe, filma in razstavnih eksponatov smo se seznanili z življenjem in z bogatim pesnikovim ustvarjalnim opusom.

Po kosilu smo imeli voden ogled Botaničnega vrta Sežana. Spoznali smo zgodovino vrta, si ogledali rastlinjak in se spre-

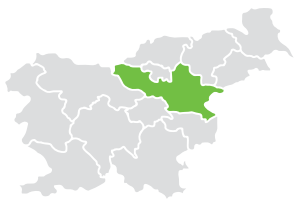


hodili med mogočnimi drevesi, cvetjem in zelenjem.

Proti večeru smo se, polni lepih vtisov, vrnili domov. Hvala predsednici Avguštini

Zupančič za vabilo, Sekciji Celje za organizacijo prevoza in recitala ter Urški Lah za program, vsem pa za prijetno druženje.

Marica Androjna, foto Jani Poglajen



CELJSKA

80 let DU Griže

Konec meseca maja je bilo nadvse slovesno v Grižah, saj so tamkajšnji upokojenci pripravili pravcato akademijo ob 80-letnici delovanja društva in ob 40-letnici rokodelske sekcije Jelke, (ob tej priložnosti so članice pripravile tudi bogato rokodelsko razstavo) na kar so v kraju, pa tudi v žalski občini, nadvse ponosni.



Danica Veligošek, ki vodi društvo že 15 let, je program tudi povezovala in predstavila njihove številne aktivnosti, ki čvrsto povezujejo predano članstvo. Nagovorila jih je pravtako predsednica ZDUS, ga. Zdenka Jan, ki jim je ob tej priložnosti izročila plaketo ZDUS in čestitala za izjemno predano delo, ki temelji na skrbi za sočloveka in prijateljskem druženju ob športu, prepevanju, pohodništvu in rokodelstvu. Slavnostnega dogodka so se udeležili tudi župan Občine Žalec, g. Janko Kos, in podžupanja, ga. Tanja Basle, podžupan, g. Roman Virant, ter predsednica KS, ga. Olga Markovič, ter podpredsednik PZDU Celje, g. Drago Prtenjak. Prireditelj je bila izjemno dobro obiskana, dodatno pa jo je obogatil kulturni program, ki je bil medgeneracijsko obarvan in je pobožal dušo.

Z.J.



DOLENJSKA IN BELA KRAJINA

Pohod na Pogorelec – 817m

Vroči julijski dnevi se vrstijo. Večini prija hlad, senca v objemu doma. Pohodniki pogrešamo hojo in druženje. Še ta mesec gremo na planinski izlet v Gorski Kotar, z namenom, da prehodimo krožno, zahtevno pot in uživamo v biseru polnem naravnih lepot, v Zelenem viru in kanjonu Vražji prolaz. Ravno zato je bil društveni pohod na Pogorelec nad Podturnom prava izbira za nabiranje kondicije in druženje.

V torek, 14. 7. 2026 se je pohoda udeležilo 36 pohodnikov. Nekateri so se odpravili od doma polharjev, drugi iz Podhoste, glavnina pa po strmi poti jadrlnih padalcev. Prijetna senca kočevskih gozdov, redni postanki, hidracija, predvsem pa dobra volja, so olajšali vzpon v vročem dnevu. S skupnimi močmi, prilagojenim tempom in medsebojno spodbudo smo poskrbeli, da je bila pot varna in prijetna za vse udeležence. Nagrada na vrhu, lepi pogledi, super družba so poplačali vsako kapljo znoja. Za presenečenje je poskrbel Stane Košir z malico, za vsakega nekaj, iz svojega nahrbtnika.

Še obvezno fotografiranje in povratek po krožni poti na izhodišče. Hvala vsem pohodnikom za varno hojo, disciplino v vročih razmerah in odlično družbo. Postali smo prava ekipa, ki pomaga drug drugemu za dosego skupnega cilja. Prava ekipa ne meri uspeha le v doseženih ciljih, ampak v količini smeha, podpore in varnosti, ki jo razdeli na poti.

Besedilo in foto, Elica Pavlič

Med vrhovi in slapovi

Pohodniki DU Dolenjske Toplice smo aktivni skozi celo leto, z zavedanjem, da je pohodništvo odličen način za izboljšanje kondicije, spoznavanje ljudi, narave ter za zabavo. Posebno, ker smo za vroči torek, 23. 6. 2026 izbrali pravi teater narave. Biser z izjemno kuliso Kamniško-Savinjskih Alp, ki napolni dušo in ji daje zgodbo za vse čase.

Logarska dolina je ena najlepših alpskih dolin v EU. Zajeda se v KSA s severa, kot del Solčavskega sta tu našla sožitje tradicija in narava. Turizem kot dodana vrednost kmetijstvu in gozdarstvu ponuja oddih v mirnem okolju krajinskega parka in številne aktivnosti. Sprehodili smo se po lepo označeni naravoslovno-etnografski poti, dolgi 7,8 km z začetkom pri Logarjevi kmetiji v spodnjem delu doline, ob številnih lepotah naravne in kulturne dediščine. Prijetno je bilo v senci gozda, ob drugem izviru reke Savinje, t.j. Črni, do slapu Palenk v srednjem delu, zanimivem zgornjem delu, mimo gozdarske, oglarske bajte, Doma planincev do najlepšega dela, do enega najvišjih prosto padajočih slapov v Sloveniji, 90m visokega slapa Rinka. Ohladitev, kopeli za noge, za žejo odlična voda Savinje, ki kmalu ponikne v produ, pride na dan kot Črna in se združi s potokom Jezera ter teče kot Savinja do izliva pri Zidanem mostu.

Avtobus nas je čakal na obračališču na koncu doline, v bližini slapa. Zapeljali smo se do PD Logarski kot, se prepustili užitkom, s pogledi na strme stene KSA, sredi zelenega okolja, v prijetni senci doma. Ob vsakem pogledu se spočije oko, v doživetjih narave se čudimo stvarstvu. Ob zvokih harmonike našega Vinka, smo okusili dobrote



kulinarike. Postanek ob Igli in na Črnivcu je bil za večino nekaj novega. Igla, mogočen skalni samotar, od leta 1948 zavarovan kot naravni spomenik. Nahaja se med Lučami in Solčavo, v najožjem delu soteske, ki jo je Savinja vrezala med strma pobočja Raduhe in Dleskovške planote. Savinja je s svojo turkizno lepoto in divjo huddourniško močjo večni opomnik, da moramo naravo spoštovati in pustiti njen prostor, saj se njena navidezna mirnost v hipu spremeni v uničujočo silo. Medtem pa Črnivec, 902m, gorski prelaz, kjer so se posledice orkanskega vetra iz leta 2008, že sanirane. Črnivec kaže moč narave, to je sposobnost regeneracije.

Spoznali smo del zelene zgodbe Slovenije, živimo na malem koščku raja na zemlji. Odgovorni, da ohranjamo kulturno in naravno dediščino. Prav zato je SLO pred leti ubrala trajnostno pot in med neštetimi destinacijami, tudi Logarski dolini, podelila znak Slovenia Green. Na nas je, da se obnašamo kot odgovorni obiskovalci in doprinesemo k skupnim prizadevanjem za ohranjanje naravnih lepot!

Besedilo in foto, Elica Pavlič

V Vražji prolaz po ohladitev

Danes se je skupina 54 pohodnikov DU Dolenjske Toplice podala na planinski izlet v osrčje Gorskega kotarja! Nedaleč od Skrada se nahajata dve naravni znamenitosti združeni v edinstveno zaščiteno območje in pomembno krajino, Zeleni vir in Vražji prolaz. Pot je krožna, začne in konča se v Skradu. Obe poti, geološka in botanična navdušujeta s pregledom številnih rastlinskih vrst in geološkimi procesi v kanjonu. Prehodili smo čudovito, a mestoma strmo krožno pot, uživali v neokrnjeni naravi zaščitene rezervata. Spustili smo se v dolino, občudovali mogočni 70-metrski slap ter Zeleni izvir, hidroelektrarno Munjara, nato pa pogumno prečili spektakularne lesene galerije in mostičke v divjem kanjonu Vražji prolaz in po strmi poti nazaj v Skrad. Kraj zaznamuje neverjetna radoživa spokojnost gozda, neštetih odtenkov zelene, svežina, ki jo poudarja slap, jezero, ki spreminja barvo od modre do smaragdnozelene in daje podobo raja.

Zeleni vir je vreden pozornosti vsakega, ki želi videti in občutiti neverjetno domišljijo in igro narave. Na povratku postanek nedaleč od Skrada, na sotočju reke Dobre in slapa Kamačnik, Vrbovsko, za osvežitev. Družba je bila odlična, lokacija pohoda prava izbira za vroč, poletni dan. Biser Gorskega Kotarja nas je navdušil in napolnil z energijo!

Besedilo in foto, Elica Pavlič



JUŽNA PRIMORSKA

Gradimo spomine

V četrtek, 11. junija, se je v Kulturnem domu Postojna odvil prav poseben dogodek, ki je združil različne generacije in znova potrdil, da so sodelovanje, druženje in izmenjava znanja dragocene vrednote za vse nas. Dogodek sta organizirali in izvedli Osnovna šola Antona Globočnika in Društvo upokojencev, oba iz Postojne.

Letos smo skupaj počeli marsikaj. Balinali smo, igrali družabne igre, se udeleževali delavnic uporabe pametnih telefonov in računalnikov, organizirali medgeneracijski pohod in še bi lahko naštevali. Ker je naše društvo celo leto sodelovalo in delovalo v šolskih in izven šolskih dejavnostih šole, nam je pripadla čast, da je na dogodku sodeloval tudi naš MePZ Burja pod vodstvom Jelke Bajec. Naši članici, Liljana Bole in Edmunda Sajevec, ki sta nižjim razredom celo leto pripovedovali pravljice, pa sta se aktivno, kot sonapovedovalki, vključili v prireditve, ki so jo povezovala učenke, delujoče v gledališkem krožku šole.

Poleg naši članic in članov je na prireditvi nastopila večina kulturnih skupin, ki delujejo na šoli A. Globočnika. Recitatorke in recitatorji, folkloristi, dramski krožek in seveda plesni nastopi so si zaslužili obilen aplavz.

Še naprej bomo gradili spomine. Dogodek je bil lep dokaz, da lahko mladi in starejši drug drugega bogatimo z izkušnjami, znanjem in prijaznostjo. Skupaj ustvarjeni trenutki bodo ostali v lepem spominu, sodelovanje med učenci in člani Društva upokojencev Postojna pa se bo gotovo nadaljevalo tudi v prihodnje.

Petra Žitko in Cvetko Bajec

Leto je naokrog ...

In mi spet malo starejši, naše upokojensko društvo Jagodje - Dobrava tudi, zato pa vsi udeleženci junijskega zbora (preko 100) v Jasni z iskricami v očeh. Žal nekateri stalni udeleženci niso bili na naši terasi, saj jim je zdravje ponagajalo. Bo pa naslednje leto nadaljevanje praznovanja in druženja, ob prisotnosti in vodenju Marjetke P. in nastopih pevcev in pevk ter benda za ples.



Lani smo pogrešali moški pevski zbor Delfin, letos pa se je povrnil v življenje, tako da so nam zapele pevke skupine Morje, Delfinovci, skupaj z Marjetko in nami pa je zazvenela še himna Vstala Primorska. Lepo nas je bilo slišati, lepo je bilo podeliti priznanja zaslužnim članicam društva. Priznanja so dobili: malo plaketo ZDUS je prejela Vanda Hlaj, koordinatorka prostovoljk v programu starejši za starejše že 15 let, veliko plaketo ZDUS sta prejeli naša tajnica za pet mandatov, Anita Bubola, in naša blagajničarka, računovodkinja in še kaj Nadja Mejak. Vsem trem smo se zahvalili za njihovo požrtvovalno delo v društvu, brez njih ne bi šlo naprej! Z enim skromnim šopkom. Tak šopek pa smo izročili skupaj s priznanjem tudi zborovodkinji Barbari Kopačin, ki že dolga leta vodi žensko pevsko skupino Morje.

Mikrofon sta zavzela gosta, in sicer Evgen Primožič, ki je predsednik pokrajinske zveze DU in Bojan Zadel, ki je pozdrave prenesel od KS Jagodje. Za mikrofonom je na kratko podala dogajanja v društvu v prvem polletju tega leta predsednica, Jožica Radujko, in napovedala še dogodke in aktivnosti do konca leta. Zahvalila se je udeležencem športnih iger pod okriljem pokrajinske zveze, to so bili tarokaši, briškolarji in balinarji - moški in balinarke - ženske. Vsi so dostojno zastopali društvo, čeprav letos ni bilo pokalov. Obljubili so jih za drugo leto. Predsednica je spomnila vse prisotne na 100-letnico Kosovelove smrti in njegove vizionarske napovedi, saj je čutil sovraštvo in poniževanje drugače mislečih. Vse je aktualno še danes, še veliko bolj!

Žal tudi letos ni bilo predstavnika občine, ki bi ga rade volje povprašali, kako sledi nadaljevanje gradnje doma upokojencev v Izoli. Kar nekaj člankov smo zasledili po časopisju in še kup odprtih vprašanj. Upajmo na pozitiven izid, saj se počasi bližamo letom, ko bi bilo potrebno potrkati na domovska vrata. Bodo vrata in dom stala?

Zaključili smo z večerjo in tokrat je rekel Veljko, vodja gostišča, da je to njegova zadnja. Kako dalje, bomo razmišljali drugo leto. Letos pa korajžno in optimistično na volitve! Tako kot si bomo postlali, tako bomo ležali ... pravi pregovor.

Jožica R.



ju so izdali tudi vsebinsko bogat zbornik, ki ga že uvodoma krasi pesem prejemnika plakete ZDUS, Jožeta Prednika.

Ž.K

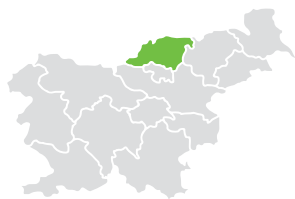
Koroška ohcet (tako smo delali nekoč)

V družbi predsednice Koroške pokrajinske zveze društev upokojencev Alme Kočnik se je predsednica ZDUS, Zdenka Jan, konec junija udeležila čudovite prireditve z naslovom: *Tako smo delali nekoč*, ki sta jo že šestič zapored pripravila Turistično društvo Mislinja in Društvo upokojencev Mislinja.

Ob slikovitem Lukovem slapu na Komisiji nad Mislinjo so člani obeh društev obiskovalcem prikazali številna, nekoč vsakdanja opravila naših prednikov – pranje perila na stari način, žaganje hlodov, izdelavo lesenih korit z izdolbovanjem debel ter pridobivanje mravljiničjih jajčec. Prikazi starih obrti so obiskovalce navdušili in obudili številne spomine.

Po soteski so odmevale ljudske pesmi domačih pevcev in Vitanjskih oglarjev, ki so z ubranim petjem in igranjem ustvarili pristno vzdušje. Poseben pečat dogodku je dala tudi prikupna uprizoritev kmečke ohceti, ki jo je s šaljivimi, hudomušnimi in poučnimi verzi obogatil Drago Pogorevc, obenem tudi povezovalce celotne prireditve.

Ker je dogodek potekal v okviru skupnega projekta ZDUS, Turistične zveze Slovenije in APIS, Obrazi krajev, so zbrane nagovorili



KOROŠKA

75 let DU Ravne na Koroškem

Predsednica ZDUS, ga. Zdenka Jan, se je udeležila slovesne prireditve ob 75-letnici delovanja DU Ravne na Koroškem in 25-letnici ženskega pevskega zbora Korošice. Predsednik DU Danilo Čebulj je v svojem nagovoru predstavil plodno delo društva skozi petinsedemdesetletno obdobje, slovesno prireditev pa so s svojim petjem obogatile Korošice in mlada, nadebudna pevka. Številne članke društva so nagovorili župan domače občine, g. Tomaž Rožen, predsednica Koroške pokrajinske zveze, ga. Alma Kočnik, in predsednica ZDUS, ga. Zdenka Jan, ki je zaslužnemu članu, gospodu Jožetu Predniku, podelila veliko plaketo ZDUS kot zahvalo za dolgoletno predano delo za dobrobit vseh upokojencev.

Predsednik DU je prav tako podelil številna priznanja članom, ki puščajo vidne in trajne sledi v društvenem delovanju. Čestitali in pozdravili so jih tudi predsedniki sosednjih društev. Ob tem jubile-

predsednica ZDUS, Zdenka Jan, predstavnica Turistične zveze Slovenije ter podžupan Občine Mislinja, Jaka Šilak.

Na kmečki ohceti ni manjkalo smeha, petja in plesa. Svatje so uživali ob domačih dobrotah, kot se za pravo ohcet spodobi, neumorni Vitanjski oglarji pa so prav vsakemu namenili tudi nekaj duhovitih verzov, ki so poskrbeli za obilico dobre volje.

Dogodek ni bil le prijetno druženje in prikaz bogate kulturne dediščine, temveč tudi lep primer medgeneracijskega povezovanja. Med številnimi upokojenci je bilo namreč veliko otrok, mladih in družin, kar daje upanje, da bodo znanje, običaji in spoštovanje do naše tradicije živeli tudi v prihodnjih rodovih.

Takšni dogodki dokazujejo, da tradicija ni le spomin na preteklost, temveč most, ki povezuje generacije, krepi pripadnost domačemu kraju in ohranja bogato kulturno dediščino Slovenije za prihodnost.

Besedilo in foto, TD Mislinja



OSREDNJE-SLOVENSKA IN LJUBLJANA Z OKOLICO

6. srečanje upokojencev PZDU Ljubljana z okolico v Domžalah

Društvo upokojencev Domžale je gostilo 6. srečanje upokojencev Pokrajinske zveze društev upokojencev Ljubljana z okolico, ki je združilo številne članice in člane društev upokojencev ter goste iz širše ljubljanske regije.

Po prihodu udeležencev je zbrane pozdravil voditelj prireditve Tilen Blaško. Kulturni program je odprl Moški pevski zbor Janez Cerar Domžale pod vodstvom Marike Haler z izvedbo ljudske pesmi *Zmeraj sem si mislil*. Udeležence je najprej nagovoril predsednik Društva upokojencev Domžale in podpredsednik PZDU Ljubljana z okolico, Toni Prus, sledili pa so pozdravni nagovori predsednika PZDU Ljubljana z okolico, Zvonka Kralja, ter županje Občine Domžale, mag. Renate Kosec, ki je poudarila pomen medsebojnega povezovanja, aktivnega staranja in vloge društev upokojencev v lokalnem okolju. Srečanja se je seveda udeležila tudi predsednica ZDUS, ga. Zdenka Jan, skupaj z generalno sekretarko zveze, mag. Andrejo Gorše Lotrič. Predsednica je zbrane pozdravila in jim zaželela veliko plodnega dela tudi v prihodnje,

med drugim pa izpostavila, »... da je društvo prepoznano kot pomemben povezovalac starejše generacije v občini Domžale ter dejaven soustvarjalec lokalnega družbenega življenja, sodi pa med najdejavnejša in najstarejša društva v osrednjeslovenskem prostoru. Ustanovljeno je bilo leta 1947, njegovo osnovno vodilo pa je skrb za kakovostno, aktivno in družabno življenje starejših občanov.« Zbrane je nagovoril tudi že naturaliziran Ljubljančan, direktor hotela Delfin, g. Miloš Milivojević, ki se rad odzove vabilom naših PZDUjev ali društev, kadar pripravijo posebne dogodke, na katerih se zbere številno članstvo. Po uradnem delu je sledil kulturni program, ki sta ga oblikovala Folklorno društvo Groblje in tercet pevk. Folklorno društvo Groblje je predstavilo del svoje bogate dejavnosti, s katero že vrsto let ohranja ljudsko izročilo ter uspešno nastopa doma in v tujini.

Srečanje je potekalo v prijetnem in prijateljskem vzdušju ter ponovno potrdilo pomen druženja, kulturnega ustvarjanja in sodelovanja med društvi upokojencev v okviru Pokrajinske zveze društev upokojencev Ljubljana z okolico.

A.I.K., foto AGL



POSAVJE

20. srečanje PZDU Posavja

Predsednica ZDUS, ga. Zdenka Jan, se je konec meseca junija udeležila jubilejnega 20. srečanja upokojencev Posavja, ki je tudi letos dokazalo, kako pomembno vlogo imajo društva upokojencev pri povezovanju ljudi, ohranjanju družbenega življenja in prenosu bogatih življenjskih izkušenj na mlajše generacije.

Srečanja se je udeležilo več kot 400 članic in članov društev upokojencev iz Posavja. Med gosti so bili tudi župani posavskih občin: Tomaž Režun, Ivan Molan, Robert Zagorc ter podžupanja Mojca Kranjec Križan. Udeležencem se je pridružil tudi poslanec Državnega zbora, Matjaž Han, med gosti pa je bil tudi direktor Hotel Delfin, Miloš Milivojević.

Zbrane so v svojih nagovorih pozdravili predsednica ZDUS in ostali gostje, ki so se članicam in članom društev zahvalili za njihovo neprecenljivo delo v lokalnih skupnostih. Posebej so poudarili pomen njihove prostovoljske aktivnosti, družbene angažiranosti ter modrosti in znanja, ki ga nesebično prenašajo na mlajše rodove. Dogodek je spremljal pester kulturni program, ki je poskrbel za pri-



jetno vzdušje in prikaz bogate kulturne dediščine Posavja. Posebno doživetje za udeležence je bila tudi vožnja s splavom po reki Savi, ki je srečanju dodala pridih tradicije in pristnega druženja. Srečanje je še enkrat potrdilo, da so upokojenci pomemben steber naših skupnosti, njihova energija, izkušnje in pripravljenost za sodelovanje pa navdihujejo vse generacije. Zveza društev upokojencev Slovenije se zahvaljuje organizatorjem za odlično pripravo dogodka ter vsem udeležencem za prijetno in srčno druženje.

K.M., foto Posavski obzornik

Pohod Društev upokojencev iz Posavja po okolici Brestanice

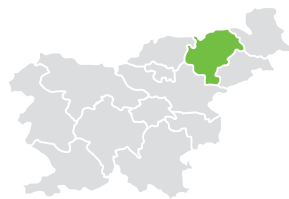
V torek, 19. maja 2026, so se v Brestanici srečali upokojenci iz Posavja na tradicionalnem pohodu, ki ga vsako leto organizira drugo društvo v sodelovanju s PZDU Posavje. Pohoda se je letos udeležilo 130 članov Društev upokojencev Brežice, Sevnica, Kostanjevica na Krki, Krško, Senovo, Radeče, Krmelj in seveda Brestanica.

Zbrali smo se na bazenu v Brestanici, kjer so nas v uvodu pozdravili Mihaela Suvajčević - tajnica DU Brestanica, Vlado Bezjak – predsednik KS Brestanica (vsakemu društvu je podaril knjigo Fotomonografija Brestanice), Jožef Žnidarič – predsednik PZDU Posavje, zgodovino kraja in načrt poti pa je predstavila Nina Glas Smodič. Po kavi in slaščicah smo se odpravili na pohod, ki ga je vodila Nina Glas Smodič. Pot nas je vodila do bazilike Lurške Marije, kjer je cerkev predstavil gospod župnik Tomaž Šojč. Zai-grale so tudi orgle in razlegla se je pesem. Skozi Šite smo nadaljevali pot do lovskega doma, kjer smo si privezali duše in odšli do gradu Rajhenburg. Za ogled gradu ni bilo časa, je pa njegovo zgodovino opisala vodička Nina. Po strmi poti smo se spustili v dolino do železniške postaje in nadaljevali pot skozi tunela do gostišča Pohle, kjer nas je pričakala zares okusna hrana. Na koncu je zai-grala harmonika pod prsti gospoda Blaža Cerjaka, vzdušje pa je doseglo višek, ko se mu je pridružil gospod župnik in zapel.

Organizatorji pohoda smo se na koncu strinjali, da smo zadano delo dobro izpeljali. Seveda pa to ne bi bilo mogoče brez pomoči Mladinskega centra iz Krškega, ki so nam omogočili uporabo bazena, Lovskega društva iz Brestanice, ki so odprli kočo in pripravili klopi, Gasilskega društva Brestanica – skrbeli so za prevoz, če bi se pokazala potreba, medicinski sestre Ika in Slavica sta skrbeli za varnost udeležencev, gostišče Pohle pa je na široko odprlo svoja vrata. Vsem sodelujočim še enkrat hvala.

Hvala pa tudi vsem udeležencem, da ste prišli v tako velikem številu in seveda predsednikom društev, ki so obisk organizirali.

DU Brestanica



ZGORNJE PODRAVJE

50 let Društva upokojencev Sveta Ana – pol stoletja predanosti skupnosti

Podpredsednik Zveze društev upokojencev Slovenije, Stanko Kranvogel, se je 23. julija udeležil slovesnosti ob 50-letnici delovanja Društva upokojencev Sveta Ana. Praznovanje se je začelo s svečanim mimohodom praporov društev iz Zveze društev upokojencev Slovenskih goric. Navzoče je pozdravila predsednica društva Bernarda Potočnik, ki je med gosti posebej pozdravila predstavnika ZDUS, Stanka Kranvogla, župana Občine Sveta Ana, Martina Breznika, predsednika PZDU Zgornje Podravje, Franca Slavinca, podpredsednika ZDU Slovenskih goric, Stanka Cartla, ter predsednike prijateljskih društev.

V slavnostnem nagovoru je predsednica predstavila bogato zgodovino društva in se spomnila vseh predsednikov, ki so v petih desetletjih soustvarjali njegovo uspešno pot. Posebej je izpostavila dejavnosti, na katere so člani še posebej ponosni: strelsko sekcijo, ki neprekinjeno deluje že 30 let, sekcijo kegljanja na vrvici, ki letos praznuje desetletje delovanja, ter uspešno izvajanje programa **Starejši za starejše (SzS)**. Ob jubileju so pisna priznanja prejeli prostovoljke in prostovoljci, vključeni v program Starejši za starejše, priznanja pa so bila podeljena tudi članom upravnega odbora društva. V imenu predsednice ZDUS, Zdenke Jan, je zbrane nagovoril podpredsednik, Stanko Kranvogel.

Ob jubileju se je članom društva zahvalil za njihovo dolgoletno predano delo na humanitarnem, kulturnem in športnem področju ter jim zaželel veliko uspehov tudi v prihodnje. Župan Martin Breznik je v svojem nagovoru poudaril zgledno sodelovanje društva z občino in drugimi lokalnimi društvi. Zahvalil se jim je za uspešno izvajanje programa Starejši za starejše ter za organizacijo številnih kulturnih, športnih in družabnih prireditev, ki bogatijo življenje občine in povezujejo njene prebivalce. Zbrane sta nagovorila tudi predsednik PZDU Zgornje Podravje, Franc Slavinac, in podpredsednik ZDU Slovenskih goric, Stanko Cartl.

Slovesnost je obogatil pester kulturni program, v katerem so nastopili pevci, ljudski godci in recitatorka. Poseben trenutek



praznovanja je sledil ob zaključku slovesnosti, ko je društvo za častnega člana imenovalo Milana Baumana. Kot predsednik je društvo uspešno vodil kar šestnajst let in s svojim delom pustil pomemben pečat v njegovem razvoju. Petdesetletnica Društva upokojencev Sveta Ana je bila praznik spoštovanja tradicije, prostovoljstva in medgeneracijskega sodelovanja ter dokaz, da ostaja društvo tudi po petih desetletjih pomemben steber družbenega življenja v lokalni skupnosti.

Besedilo in foto, S.K.



Tri desetletja DU Polskava

Društvo upokojencev Zgornja Polskava je letos obeležilo 30 let samostojnega delovanja, hkrati pa tudi več kot 50 let organiziranega povezovanja upokojencev, saj njegovi začetki segajo v leto 1975, ko je delovalo kot sekcija Društva upokojencev Slovenska Bistrica. Leta 1996 je postalo samostojno društvo, ki je skozi desetletja razvilo številne kulturne, izobraževalne, socialne in rekreativne dejavnosti ter postalo pomemben del življenja krajevne skupnosti.

Osrednja slovesnost je potekala 17. aprila 2026, zaznamovalo pa jo je tudi **razvitje novega društvenega prapora**, simbola povezanosti in pripadnosti članov. Predsednik društva, Franc Pišek, je predstavil dosežke društva in se zahvalil vsem, ki s svojim delom prispevajo k njegovemu uspešnemu delovanju. Praznovanja so se udeležili številni gostje, med njimi predsednica ZDUS, ga. Zdenka Jan, župan občine Slovenska Bistrica, Ivan Žagar, ter predstav-

niki pokrajinske, medobčinske in krajevne skupnosti. Kulturni program so soustvarili učenci OŠ Antona Ingoliča – podružnice Zgornja Polskava, Moški pevski zbor Obrtnik Slovenska Bistrica – Polskava in pevec Tomi Baaron. Ob jubileju so bila podeljena priznanja in zahvale posameznikom ter organizacijam, ki pomembno prispevajo k delovanju društva. Društvo je prejelo tudi **plaketo ZDUS ob 30-letnici delovanja**.

Jubilej je še enkrat potrdil pomembno vlogo društva kot prostora druženja, medsebojne pomoči, sodelovanja in ohranjanja aktivnega življenja starejših v lokalnem okolju.

S.K.

Komisija za šport nadaljuje z aktivnostmi

Po uspešno zaključenih pokrajinskih športnih igrah PZDU–ZDUS 2026, na katerih je letos prvič sodelovalo vseh 14 pokrajinskih zvez društev upokojencev, Komisija za šport, rekreacijo in gibalno kulturo pri ZDUS, o čemer v nadaljevanju piše tudi podpredsednik ZDUS, Stanko Kranvogel, nadaljuje z intenzivnim delom. Na vrsti je priprava analiz in poročil o izvedenih tekmovanjih ter organizacija državnih finalnih športnih iger.

Na dveh rednih sejah komisije in srečanju športnih referentov vseh PZDU so bili določeni organizatorji letošnjih državnih final: DU Andraž (kegljanje s kroglo na vrvcu), DU Ptuj (ribolov), DU Griže (šah), DU Ljutomer (pikado – moški), DU Ivanjковci (pikado – ženske), DU Petrovče (namizni tenis), DU Velenje (streljanje in cornhole), DU Škofja Loka (balinanje) ter DU Mali Slatnik (stežno kegljanje). Vodstvo ko-

misije je organizatorje že obiskalo in z njimi uskladilo vse ključne organizacijske podrobnosti. Poleg tekmovalnih dejavnosti komisija nadaljuje programe pohodništva, kolesarjenja in gibalne kulture ter sodeluje pri projektih medgeneracijskega povezovanja. Dejavno se vključuje tudi v priprave na Kongres športa za vse na Bledu ter skupaj s predsednico ZDUS, Zdenko Jan, spodbuja društva upokojencev k sodelovanju s Centri za krepitev zdravja. Komisija želi svoje delo redno predstavljati članstvu in širši javnosti, saj šport, rekreacija in gibanje niso le tekmovanja, temveč pomemben način ohranjanja zdravja, druženja in kakovostnega staranja.

Leta niso ovira za gibanje – gibanje je pot do kakovostnih let. Vsak korak, vsak met in vsak nasmeh na športnem srečanju dokazujejo, da je aktivno življenje najlepša zmaga. In to dokazujemo!

Vojko Prislan, predsednik KŠRGK ZDUS

Uspešen zaključek pokrajinskih iger

Pod streho so še ene uspešne Pokrajinske športne igre. Naše športnice in športniki so tekmovali v vseh 14 pokrajinskih zvezah društev upokojencev, tekmovanja pa so potekala v devetih športnih panogah.

Igrišča so preplavili smeh, druženje in zdrav tekmovalni duh, ki dokazujejo, da so upokojenci še kako aktivni in skrbijo za mentalno in fizično kondicijo. Zveza društev upokojencev Slovenije ta tekmovanja z veseljem finančno podpira in sofinancira. Vendar pa

se po zaključku iger soočamo z resno administrativno oviro. Ker nekatere pokrajinske zveze ne dostavijo potrebne dokumentacije, računov in poročil pravočasno, ZDUS ne more pravočasno izvršiti nakazil, dokler zadnja PZDU ne posreduje zahtevane predpisane dokumentacije, da se lahko sofinanciranje izvede. Vsem organizatorjem PŠI in udeležencem tekmovanj se zahvaljujemo za uspešno izvedbo.

Stanko Kranvogel



Obrazi krajev

zgodbe starejših skozi objektiv

OSNOVE MOBILNE FOTOGRAFIJE

ZA SENIORJE ZAČETNIKE

USTVARITE FOTOZGODBE IZ VAŠIH KRAJEV OB MENTORSKI PODPORI

Termini: 10 srečanj ob petkih od 2. 10. 2026–4. 12. 2026 med 10h do 13h v Ljubljani

Uvodno srečanje: 25. 9. 2026, ZDUS, Kebetova 9, Ljubljana

Prijave do 30.7.2026 Več informacij apis@zavodapis.si in tel. št. 031 338 616

*V primeru prevelikega števila prijav na tečaj bodo imeli prednost pri izboru kandidati, ki bodo ob prijavi na projekt predložili idejno in vizualno **zasnovo za lokalno zgodbo**, ki bi jo želeli predstaviti, ter **člani turističnih društev** ter **društev upokojencev**.*

Vabljeni!

BREZPLAČNO

VEČ INFORMACIJ IN PRIJAVA:



Aktivnosti na projektu »Obrazi krajev- zgodbe starejših skozi objektiv« sofinancira Ministrstvo za notranje zadeve in javno upravo v okviru javnega razpisa za razvoj in profesionalizacijo NVO in prostovoljstva 2025. Zapisano izraža mnenje avtorjev in ne predstavlja uradnega stališča MNZJU.

zVEM – zdravnik v žepu, brez čakalnice in brez iskanja parkirišča

Priznajmo si – večina med nami je odraščala v časih, ko je bil telefon pritrjen na steno, recept napisan na papir, zdravstveni karton pa debel kot družinski album. Danes pa nam država sporoča: »Vse to lahko uredite kar prek telefona.«

Marsikdo ob tem zavije z očmi in zamrmra: »Še dobro, da znam prižgati televizor.« A ni tako hudo. Pravzaprav je lahko aplikacija **zVEM** zelo koristna pomočnica, še posebej za starejše.

Kaj sploh je zVEM?

zVEM pomeni »zdravje – Vse na Enem Mestu«. To je uradni portal in mobilna aplikacija slovenskega zdravstvenega sistema, kjer lahko preverite vse, kar je vezano na vaše zdravje.

Ne, ne meri krvnega tlaka in ne skuha jutranje kave. Lahko pa vam pokaže: zdravstvene izvide, izdane in uporabljene eRecepte, eNapotnice, termine pregledov, čakalne dobe, podatke o zdravstvenem zavarovanju, ter druge informacije iz sistema eZdravje. Skratka, vse tisto, zaradi česar smo včasih klicali ambulanto in poslušali: »Trenutno ste prvi v vrsti. Predvideni čas čakanja je približno tri leta.«

Kako začnemo?

Za uporabo potrebujete račun SI-PASS ter varen način prijave (SMS-pass, digitalno potrdilo ali elektronsko osebno izkaznico). Res je, prvi koraki so lahko podobni sestavljanju omare brez navodil. Toda ko je enkrat vse nastavljeno, postane uporaba precej preprosta. Če pa se zatakne, brez

slabe vesti pokličite vnuka. Saj ni prav, da vas poišče samo takrat, ko potrebuje denar za počitnice, kajne?

Zakaj je zVEM koristen za starejše?

Predstavljajte si: zbudite se ob šestih zjutraj in vas zanima rezultat preiskave. Včasih smo morali čakati do sedme ure, da smo poklicali v ambulanto, linija je že bila zasedena, pa smo ponovili in če imeli srečo, smo ob 10. uri že vedeli pri čem smo. Danes je z aplikacijo zVEM vse na dosegu telefona. Odpremo zVEM, pogledamo izvid, in že vemo, pri čem smo. Prav tako lahko preverite, ali je zdravnik že izdal recept, kdaj imate pregled in ali vaša napotnica še velja. Če vam tehnologija ni najljubša prijateljica, pa lahko pooblastite svojca, da vam pomaga pri urejanju zdravstvenih zadev.

z-VEM
Ker znanje nima starosti!

**Učimo se.
Povezujemo se.
Boljši smo.**

ZDUS
zveza društev upokojencev slovenije

Skupaj zmoremo več!

Digitalno znanje odpira nova vrata.
Pridruži se tudi ti!

A to jaz že znam?!

✓ z-VEM

Pet pravil zdrave digitalne pameti

1. Geslo ni družinska dediščina

Geslo za SI-PASS ni recept za potico, ki ga lahko deli cela družina. Naj ostane vaše. Še posebej ga ne zapisujte na listek, nalepljen na računalnik, saj je to tako varno, kot če bi ključ od stanovanja pustili v ključavnici.

2. Če kliče »zdravnik« in sprašuje za geslo – odložite

Nobena zdravstvena ustanova po telefonu ne potrebuje vašega gesla, PIN-kode ali potrditvenega SMS-sporočila. Če kdo to zahteva, ne gre za zdravstveno storitev, ampak za poskus prevare.

3. Radovednost je dovoljena

zVEM omogoča vpogled v to, kdo je dostopal do vaših podatkov. Torej lahko preverite, ali je v karton gledal vaš zdravnik ali morda kdo, ki tam nima kaj iskati.

4. Pazite na lažne spletne strani

Če prejmete elektronsko sporočilo z nenavadno povezavo in obljubo, da boste v treh klikih prišli do vseh zdravstvenih skrivnosti, bodite previdni. V digitalnem svetu velja podobno kot na tržnici: če se nekaj zdi predobro, da bi bilo res, običajno tudi ni.

5. Posodobitve niso sovražnik

Mnogi obvestilo o posodobitvi telefona zapremo hitreje kot reklamo med poročili. Pa vendar posodobitve pogosto odpravljajo varnostne pomanjkljivosti in izboljšujejo delovanje aplikacij.

Prositi za pomoč ni sramota

Največ težav je običajno pri prvi prijavi. Potem pa gre veliko lažje. Nekoč smo vnuke učili voziti kolo, danes pa oni nas učijo uporabljati telefon. Življenje pač poskrbi za ravnotežje, čemur na ZDUS

pravimo medgeneracijska pomoč ali sodelovanje. Pomembno je le, da kljub pomoči ostanete gospodar svojih osebnih podatkov.

Za konec

zVEM ne more odpraviti vseh čakalnih dob, ne more pozdraviti prehlada in ne more prepričati zdravnika, da bi imel več prostih terminov. Lahko pa vam prihrani marsikateri telefonski klic, pot do ambulate in še nekaj več sivih las. In če smo se v življenju naučili uporabljati videorekorder, mobilni telefon in bančni avtomat, potem bomo kos tudi zVEM-u. Navsezadnje smo generacija, ki je preživela tako analogni kot digitalni svet – in to brez posebnih uporabniških navodil. Pa srečno pot do svojega zdravlja, kar od doma!

ČK

Previdno in samozaščitno v vročih dneh

Vsako poletje poslušamo iste zgodbe. „Saj sem navajen vročine.“ „Samo še v trgovino skočim.“ „Moram pokositi travo, potem pa bo mir.“ Žal pa telo po sedemdesetem letu ne razmišlja več tako kot pri štiridesetih. Srce, ožilje in pljuča imajo svoje meje, vročina pa jih zelo hitro postavi na preizkušnjo.

Ni prav nobenega junaka med tistimi, ki se opoldne odpravijo po nakupih, nato pa se domov vračajo z dvema težkima vrečama in rdečim obrazom. V takšnih trenutkih mnogi ne nosijo domov le kruha, mleka in lubenice, ampak – po neumnosti – tudi tveganje za svoje zdravje.

Če je le mogoče, opravke načrtujemo zgodaj zjutraj ali proti večeru. Opoldne pa prepustimo senci, dobri knjigi, televiziji, križankam ali prijetnemu pogovoru. Trgovina ne bo nikamor pobegnila, sonce pa bo čez nekaj ur že precej manj neusmiljeno.

Ne pozabimo piti dovolj tekočine. Ne čakajmo, da bomo žejni, saj je žeja pri starejših pogosto slab pokazatelj, da telesu primanjkuje vode. Najboljša izbira je navadna voda ali nesladkan čaj. Alkohol in večje količine sladkih pijač pa žejo pogosto le še povečajo.

Oblačila naj bodo lahka, svetla in zračna, na glavi pa naj bo klobuk ali kapa. Če moramo na sonce, poiščimo senco in si privoščimo več postankov. Nič ni narobe, če se usedemo na klopco in si vzamemo nekaj minut za počitek. Ravno nasprotno – to je znak preudarnosti.



Posebej previdni naj bodo tisti, ki imajo težave s srcem, krvnim tlakom, sladkorno boleznijo ali pljuči. Ob vrtoglavici, slabosti, močnem glavobolu, zmedenosti ali nenavadni utrujenosti ne odlašajmo. Umaknimo se v hladen prostor, popijmo tekočino in po potrebi poiščimo zdravniško pomoč.

V teh dneh ne pozabimo niti na svoje sosede in prijatelje. Mnogi starejši živijo sami. Kratek telefonski klic, vprašanje »kako ste?« ali ponudba, da jim prinesemo kruh ali zdravila, lahko pomenijo veliko več, kot si predstavljamo.

In še ena misel za konec. Leta nam prinesejo marsikaj – med drugim tudi izkušnje. Prav te nas učijo, da ni treba dokazovati, kako močni smo. Modrost ni v tem, da kljubujemo soncu, ampak da znamo prisluhniti svojemu telesu.

Poletje bo minilo. Naj ga ne zaznamujejo obiski urgence, ampak prijetni večeri na vrtu, druženje z vnuki in občutek, da smo tudi v največji vročini ravnali pametno. Zdravje je vendarle dragocenejšo od vseh opravkov, ki lahko brez škode počakajo do jutri.

Toni Krčan

V slovo Janezu Sušniku

Nekateri ljudje za seboj pustijo položaje in funkcije, drugi pa zaključene projekte in z njimi dosežene uspehe. Janez Sušnik je za seboj pustil nekaj veliko dragocenejšega – sled človeka, ki je s svojim delom, znanjem in srčnostjo bogatil ljudi, skupnost in čas, v katerem je živel.

Z njegovim odhodom se je poslovil človek, ki je s svojo osebnostjo in predanostjo pomembno zaznamoval Zvezo društev upokojencev Slovenije, slovenski prostor aktivnega staranja ter številna področja družbenega življenja. Bil je predsednik ZDUS, dolgoletni družbeni delavec, povezovalac in neutrudni zagovornik dostojanstva starejših. Njegovo delo ni nikoli temeljilo na želji po osebni prepoznavnosti, temveč na iskrenem prepričanju, da družba svojo veličino kaže v odnosu do ljudi, ki so jo gradili.

Njegova vizija je bila jasna – starejši niso breme družbe, temveč njen temelj in zakladnica izkušenj, znanja ter življenjske modrosti. Zato je vztrajno opozarjal na njihove pravice, hkrati pa poudarjal njihovo odgovornost in neprecenljiv prispevek k razvoju skupnosti. Verjel je v moč medgeneracijskega sodelovanja, saj je bil prepričan, da se prihodnost lahko gradi le na spoštovanju preteklosti.

Prav spoštovanje preteklosti je bilo eno njegovih največjih življenjskih vodil. Malo je ljudi, ki so s tolikšno predanostjo in ljubeznijo skrbeli za ohranjanje tehniške dediščine slovenskega prostora, še posebej Gorenjske. V starih kmečkih strojih, rokodelskem orodju, predmetih vsakdanje rabe in dosežkih naših prednikov ni videl zgolj muzejskih eksponatov, temveč zgodbe ljudi – njihovega dela, ustvarjalnosti, iznajdljivosti in vztrajnosti. Znal je prepoznati vrednost tistega, kar bi marsikdo spregledal, in z neizmernim spoštovanjem skrbel, da ta dediščina ne bi utonila v pozabo.

Pogosto je poudarjal, da dediščina ni namenjena občudovanju za steklenimi vitrinami, ampak razumevanju človeka, ki jo je ustvaril. Ni zbiral starih predmetov zaradi nostalgije, temveč zato, ker je verjel, da narod brez spomina težko gradi svojo prihodnost. Zanj je bil vsak ohranjen predmet most med generacijami, vsaka zgodba pa dragocena življenjska lekcija za mlade. Enako globoko spoštovanje je gojil do slovenske oblačilne dediščine. Narodne noše zanj niso bile le praznični »gvant«, ampak simbol identitete, pripadnosti in spoštovanja do korenin. Zato ni bilo naključje, da je bila prav oblačilna dediščina ena osrednjih tem prvih Dnevo medgeneracijskega sožitja leta 2019 na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani. Tedaj je s posebnim ponosom poudarjal, da dediščina zares zaživi šele takrat, ko jo sprejmejo mlajše generacije – ne kot breme preteklosti, temveč kot navdih za prihodnost. To je bilo tudi bistvo njegovega razumevanja medgeneracijskega sožitja: da se modrost starejših in ustvarjalnost mladih ne izključujeta, ampak skupaj ustvarjata družbo, ki pozna svoje korenine in samozavestno zre v prihodnost.

Janez Sušnik je razumel, da je moč skupnosti v ljudeh. Vedno je prisluhnil društvom, prostovoljcem in posameznikom, ki so vsak dan nesebično gradili mrežo medsebojne pomoči in solidarnosti. Organizacijo je razumel predvsem kot skupnost ljudi, povezanih s skupnim ciljem – ustvariti boljšo in dostojnejšo prihodnost za starejše.

Njegov mandat je zaznamovalo prizadevanje za močnejši glas upokojencev, za razvoj prostovoljstva, za medgeneracijsko povezovanje in za večje družbeno priznanje starejših. Ko je bilo treba odločno zagovarjati njihove pravice, je bil neomajen. Ko je bilo treba iskati soglasje, je znal graditi mostove. Njegova



mirnost, modrost in sposobnost dialoga so mu odpirale vrata tudi tam, kjer so drugi naleteli na zidove.

Toda tisti, ki smo ga poznali osebno, se ga ne bomo spominjali le po njegovem delu. Spominjali se ga bomo po njegovi toplini, iskrenosti, vedrem humorju in spoštljivem odnosu do vsakega človeka. Bil je človek, ki je znal poslušati. Človek, ki je znal dati priznanje drugim. In človek, ki je znal navduševati. Za številne predsednike društev, prostovoljce in sodelavce je bil mentor, prijatelj in zgled. Njegovo življenjsko vodilo je bilo preprosto: skupnosti je treba vedno vrniti več, kot od nje prejmeš. Temu načelu je ostal zvest vse življenje.

Njegov odhod pušča veliko praznino. A vrednote, ki jih je živel – solidarnost, spoštovanje, odgovornost, skrb za kulturno in tehniško dediščino, medgeneracijsko povezanost ter dostojanstvo vsakega človeka – ostajajo trajno vtkane v delo Zveze društev upokojencev Slovenije in v spomin vseh, ki smo imeli čast hoditi del poti skupaj z njim.

Dragi Janez,

hvala za tvojo modrost, pokončnost in neizmerno predanost ljudem. Hvala, ker si nas učil, da prihodnosti ni brez spoštovanja preteklosti, da dediščina ni le spomin, ampak odgovornost, in da je največja vrednota človeka njegova pripravljenost pomagati drugim.

Tvoje delo bo živelo naprej v organizaciji, ki si jo vodil, v ljudeh, ki si jih navdihoval, in v dediščini, ki si jo z ljubeznijo varoval za prihodnje rodove. Počivaj v miru!

Črt Kanoni

Poslovil se je Jože Ramovš

Odšel je Človek z veliko začetnico. Poslovil se je dr. Jože Ramovš (1947–2026), vrhunski strokovnjak na področju socialne gerontologije in medgeneracijskega sožitja. S svojim delom je pomembno zaznamoval razumevanje staranja, medgeneracijskega sodelovanja in dostojanstvenega življenja v starosti. Vse svoje življenje je posvetil ljudem.

V ospredju njegove znanstvene pozornosti so bile zlasti solidarno sožitje in komunikacija med mlado, srednjo in tretjo generacijo. V Inštitutu Antona Trstenjaka, ki sta ga s soprogo Ksenjo leta 1992 ustanovila, je desetletja uvajal nove programe, temelječe na preventivnem konceptu vsakdanje pomoči in solidarnosti. Kot nadaljevalec Trstenjakovega razumevanja človeka se je zavzemal za celostno antropološko pojmovanje človeka in za metodiko socialnega učenja v skupinah. Verjel je, da lahko že pogovor, druženje in medsebojna pomoč pomembno izboljšajo življenje starejših. Bil je tudi sam dolgoletni prostovoljec.

V bibliografski bazi COBISS ima nad tisoč člankov in drugih del, med njimi preko dvajset samostojnih knjig.

Pred leti sem bil tesneje povezan s pokojnikom in Inštitutom Antona Trstenjaka pri projektu Starosti prijazna Ljubljana.

S pokojnikom sva se v njegovi reviji Kakovostna starost (Revija za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje, letnik 22 (2019), številka 2) pogovarjala na temo *Kultura daje staranju čar*. »Doživljanje lepote, ki jo goji umetnost v vseh kulturnih zvrsteh, je



zelo pomembna za razvoj in človekovo zorenje v starosti,« sva modrovala.

Jožetove misli ob koncu intervjuja: »Naše srce kliče po lepoti, po kulturi srca vse življenje; zdi se da tem bolj glasno, čim starejši smo. Kultura vse kulture je kultura srca.«

Počivaj v miru!

Milan Pavliha

Poslovil se je Janez Platiše – človek, ki je znal videti ljudi

Z veliko žalostjo smo prejeli vest, da nas je zapustil Janez Platiše, dolgoletni novinar, dokumentalist, fotograf in predvsem človek, ki je svoje delo vedno opravljal z izjemnim občutkom za ljudi.

Janez Platiše je s svojim novinarskim in dokumentarnim delom pustil pomemben pečat v slovenskem medijskem prostoru. Dogodke je spremljal natančno, odgovorno in z občutkom za zgodbe, ki pogosto ostanejo prezrte. Njegov fotografski objektiv ni iskal zgolj podob, temveč ljudi, njihove obraze, življenje in dostojanstvo.

Posebno mesto v njegovem ustvarjanju so imeli starejši. Dolga leta je spremljal delo Zveze društev upokojencev Slovenije, dejavnosti društev upokojencev in številne zgodbe posameznikov, ki so s svojim življenjem soustvarjali našo družbo. Bil je eden redkih novinarjev, ki je razumel, da so vprašanja staranja, medgeneracijskega sodelovanja in dostojanstvenega življenja v tretjem življenjskem obdobju teme, ki zadevajo vse nas.

Njegovi prispevki niso bili le poročila o dogodkih. Bili so dokument časa in dragocen zapis ljudi, njihovih prizadevanj ter vrednot, ki povezujejo skupnost. S svojo umirjenostjo, spoštljivostjo in profesionalnostjo si je pridobil zaupanje sogovornikov in spoštovanje vseh, ki smo z njim sodelovali. V Zvezi društev upokojencev Slovenije bomo Janeza Platišeta ohranili v trajnem spominu kot iskrenega prijatelja starejših, predanega ustvarjalca in človeka širokega srca.



Njegovo delo bo ostalo dragocen del zgodovine slovenskega novinarstva in pomemben zapis življenja naše skupnosti.

Njegovi družini, prijateljem in vsem, ki so ga poznali, izrekamo iskreno in globoko sožalje.

Počivaj v miru, Janez. Tvoje zgodbe bodo živele naprej.

DELFIN Hotel
ZDUS d.o.o. Izola
Tomažičeva 10,
6310 Izola, Slovenija

Telefon:
+386 5 660 70 00
E-pošta:
rezervacije@hotel-delfin.si
Spletna stran:
www.hotel-delfin.si



Poslikaj me!

Vabljeni na skupinske enodnevne izlete v Izolo!



Privoščite si dan za sprostitev

Naj vas razvajajo morska voda, dobra
kulinarika in prijetni trenutki ob izolski obali.

**Neomejeno kopanje v
bazenih z morsko vodo**

že od **9 €**
na osebo

**Samopostrežno kosilo ali
različna meni kosila**

že od **14 €***
na osebo

* Ponudba menujev velja za skupine vsaj 15-ih oseb. Vodiču
in soferju nudimo obrok brezplačno. Skupine društev
upokojencev imajo na navedene cene še 10% popust.

Rezervacije in informacije:

 **05 660 75 62**
 **ali 05 660 70 00**



PERGOLA Restavracija Pergola s čudovitim pogledom na morje

V prijetni senci tik ob morju, pod zunanjim bazenom Hotela Delfin,
vas v Restavraciji Pergola pričakujejo okusne mesne in ribje jedi,
pice, sveže solate ter osvežilne pijače. Privoščite si prijeten oddih z
razgledom in okusom Mediterana.



Odprto vsak dan od 12.00 do 22.00

05 660 74 21