

Letnik 14, številka 37
December 2022



DOM
UPOKOJENCEV
IDRIJA

POVEJMO SI...



V tej številki



Glasilo izdaja: Dom upokojencev Idrija, oskrba in varstvo starostnikov d.o.o.
Arkova 4, Idrija
Glavna in odgovorna urednica: Klavdija Prezelj
Grafično oblikovanje: Klavdija Prezelj, Andrej Potočnik
Uredniški odbor: Urška Močnik, Romana Kavčič, Ema Brelih, Metka Pavšič
Sodelavci: Polona Leskovar Jereb, Karmen Kovačič, Edvard Bajt, Vesna Mugerli
Pomlad, Nina Bevk
Fotografije: arhiv Doma upokojencev Idrija, osebni arhiv Roberta Rupnika, internet
Jezikovni pregled: Nives Florjančič
Tisk: Etiketa, tiskarna d.d.
Naklada: 100 izvodov
Prispevke za naslednjo številko oddajte v delovno terapijo enote Marof ali po elektronski pošti na naslov: info@duidrija.si ali delovna.terapija-marof@duidrija.si najkasneje **do srede meseca maja**

Uvodnik 3

Lepo nam je skupaj 4

Ni praznikov brez potice

Zgodbe, ki jih piše življenje 10

Toliko preudarna pa sem, da vem kaj je možno in kaj ne

Moj nogometni klub je Real Madrid

Dogaja se... 15

Večer s posebnim guštom

Kadrovska stiska v našem domu

Dogaja se... Enota Idrija 16

Dogajanje v domu

Prazniki so tu

Razmišljanje ob kupu voščilnic

Dogaja se... Enota Marof 26

Dnevi za zdravje - drugič

Poletna potepanja

Dom in mi

Pisanje spominov

Moje pesmi

Iz stroke 36

Korake k družbeni odgovornosti delamo tudi v domu upokojencev

Razvedrimo se 38

Z ugankami do voščila

Izteka se še eno, za naše stanovalce mirnejše in verjamem da v primerjavi z dvema prejšnjima, prijaznejše leto. Koronavirusna bolezen je občasno sicer še vedno z nami, a je njeno breme za vse, ki živimo in delamo v domu, bistveno bolj znosno.

So se pa še izraziteje kot pred epidemijo pokazale razpoke v sistemu dolgotrajne oskrbe. Država je v zadnjih letih namenila veliko finančnih sredstev iz kohezijskih skladov EU za obnovo in izgradnjo infrastrukture v dolgotrajni oskrbi. Dom upokojencev Idrija kot zasebni izvajalec – koncesionar do teh sredstev ni upravičen. Posledično bomo morali novogradnjo v enoti Marof zamakniti za nekaj let v prihodnost. Na ravni celotne države je vse bolj pereče pomanjkanje ustreznega strokovnega kadra, še posebno v zdravstveni negi, kar se odraža tudi v našem domu.

Posledica turbulentnih razmer v svetu je rast cen. Cena materiala je v zadnjega pol leta narasla skoraj za tretjino. Ceno energije smo letos uspeli zadržati na ravni lanske, se bo pa zvišala v začetku novega leta. Rast cen bi imela velik vpliv na ceno oskrbnine, zato smo zelo veseli pomoči države, ki bo pokrila večji del nepredvidenega stroška in s tem preprečila, da bi se to breme preneslo na naše uporabnike.

Kljub nemirnim časom, ko se zdi, da ena kriza sledi drugi, moji sodelavci še naprej požrtvova-

Ino skrbijo za vse naše uporabnike – stanovalce v obeh enotah doma in uporabnike pomoči družini na domu, za kar se jim na tem mestu iskreno zahvaljujem. Prav vsi zaposleni se po svojih najboljših močeh trudimo, da bi imeli dogodki doma in po svetu čim manj neugodnih učinkov nanje. Družabno življenje v domu je letos spet skoraj tako kot pred epidemijo. Predpraznični adventni čas bo spet pisan, pester in vesel. Začelo se je že konec novembra, ko smo zaposleni proslavili pridobitev naziva Družbeno odgovoren delodajalec in se bo s številnimi glasbenimi ter kulturnimi prireditvami nadaljevalo še ves december. Kot vedno nas bosta obiskala tudi Miklavž in Dedek Mraz.

Vsem našim stanovalcem, uporabnikom pomoči družini na domu, vašim svojcem, našim zaposlenim in vsem nam želim, da nam dobra moža v novem letu prineseta vsaj dvoje: zdravja in miru.

Urška Močnik



DOM
UPOKOJENCEV
IDRIJA

Lepo nam je skupaj

Ni praznikov brez potice

Romana Kavčič



V tej številki časopisa bomo spregovorili o nam zelo ljubi temi, hrani in jedilnikih. K pogovoru smo povabili Roberta Rupnika, ki vodi kuhinjo v Domu upokojencev Idrija. Prav on je skupaj z njegovimi sodelavci zaslužen za slastne obroke, raznovrstni jedilnik in domače lokalne jedi, s katerimi nas razvaja kuhinja Doma.

In seveda nas, glede na prihajajoče praznike najprej zanima, kakšen bo letos praznični jedilnik?

Tudi letošnji jedilnik bo tradicionalno prazničen. Tak, kot so ga stanovalci vajeni iz domačega okolja. Za kosilo bo goveja juha z rezanci. Kot glavno jed bomo pripravili Idrijske žlikrofe s svinjsko

pečenko in polivko. Poleg pa solato in kozarec vina. Za sladico bomo postregli kremno rezino.

Bo praznična potica izpod rok naših kuharic?

Ni božično novoletnih praznikov brez potice. Naše kuharice spečejo izvrstno. Postregli jo bomo za praznično večerjo.

Prosim, če lahko bralcem na kratko predstaviš, kdo nam pripravlja obroke? Koliko zaposlenih vas je v kuhinji? Koliko obrokov na dan pripravite in postrežete?

V kuhinji, skupaj z razdelilno kuhinjo v enoti Marof, nas je zaposlenih 18 delavcev, od tega 16 žensk in 2 moška. Skrbimo za celotno prehranjevalno verigo od planiranja jedilnika, nabave in prevzema živil, predpriprave živil, grobe in fine

priprave hrane (lupljenje krompirja, rezanje in čiščenje zelenjave) in končne termične obdelave živil. Pripravljeno hrano ustrezno razdelimo, postrežemo. Ob zaključku nas čaka še gora posode, ki jo moramo pomiti in pripraviti za naslednji obrok. Po vsakem obroku mora kuhinja izgledati tako, kot da se v njej ni nič kuhalo. Dnevno v kuhinji pripravimo in postrežemo 1160 obrokov. Poudarjam, da brez odličnih in požrtvovalnih sodelavcev vsega tega dela ne bi zmogli, za kar se jim iskreno zahvaljujem.

Kaj vse zajema priprava jedilnika. Načrtovanje sestavin, menijev, upoštevanje diet? Na koliko načinov pripravljate hrano in koliko različnih diet imamo na naših jedilnikih?

Pri pripravi jedilnika upoštevamo pestrost nabora jedi, želje ter navade uporabnikov in vrste diet, ki jih imajo. Vsem navedenim dejstvom se skušamo približati z jedilnikom, vedno v zagotavljanju zdravega in varnega obroka zanje. Pri načrtovanju jedilnika smo vedno bolj odvisni od dobavne verige, kdaj in kaj prejmemo, koliko časa je živilo uporabno, saj moramo vse roke uporabnosti dosledno upoštevati.

Pripravljamo 3 osnovne diete, ki jih serviramo v 4 – ih oblikah konsistence in sicer kot navadno hrano, narezano, pasirano in mleto hrano. Tako pripravljamo 12 različnih oblik jedi pri vsakem obroku. Pripravljamo še individualne diete za vsakega uporabnika. Vedno več je takih, ki določenih jedi/živil ne marajo oz. ne smejo uživati in zanje iščemo ustrezne nadomestke. Priprava obrokov ni enostaven postopek in nemalokrat se nam zgodi, da v hitenju, posebej pri serviranju vseh obrokov v času 55-ih minut, kaj spregledamo. Smo pa vedno pripravljeni v takojšnje rešitve in kompromise z možnostmi, ki jih naša kuhinja ima.

Kako lahko zagotovite, da vsi stanovalci in uporabniki Pomoči na domu skorajda ob istem času prejmejo tople obroke kosila?

Ves postopek je skrbno premišljen, načrtovan in izveden. Najprej odpošljemo obroke v ogrevalnih posodah v enoto Marof. Tja jih odpelje domski šofer. Prevzame jih kuhinjsko osebje na lokaciji, kjer poskrbijo za nadaljnjo razdelitev in postrežbo obrokov stanovalcem enote Marof. Nato v ogrevane kasete naložimo prvi del obrokov za uporabnike Pomoči na domu. Te obroke oskrbovalke nemudoma odpeljejo uporabnikom na dom. Kasete imamo ločene po različnih sklopih glede na lokacije (Idrija mesto, okoliške vasi), da je dostava obrokov ter kakovost dostavljene hrane kar najbolj optimizirana .

Nadaljujemo z razdeljevanjem obrokov na oddelke v enoti Idrija. Zaposleni odpeljejo hrano do stanovalcev v posebnih ogrevalnih vozičkih, kjer hrana ostane topla. Naložimo drugi del obrokov za uporabnike službe Pomoči družini na domu. Nadaljujemo s strežbo stanovalcev v domski jedilnici enote Idrija. Za zunanje uporabnike strežemo obroke ob predhodni najavi takoj, ko zaključimo s strežbo stanovalcev v jedilnici. Že prej sem omenil, da je zaradi kakovosti hrane celoten proces delitve kosila izveden v 55-ih minutah.



Že večkrat si izpostavil, da se v zadnjem letu pojavlja težava z redno dostavo hrane. Da naročenega ne prejmete in morate improvizirati ter iskati hitre rešitve, da zagotovite redni obrok. Kje je razlog in ali imate v tem primeru vnaprej pripravljeno rešitev oz. plan B. Doma rešujemo krizne situacije pomanjkanja sestavin po navadi kar s "pašto".

Lepo nam je skupaj

Dogaja se, da posameznega naročenega živila ne prejmemo in posledično takoj prilagajamo jedilnik, da lahko obroke ponudimo v že prej predstavljeni časovnici. V kolikor obrokov ne ponudimo v času namenjenemu za obroke, se posledično porušijo vsi nadaljnji postopki dela v ostalih domskih službah, predvsem službi zdravstvene nege in oskrbe stanovalcev.

Kako prilagajate jedilnik željam in potrebam stanovalcev? Na kakšne načine lahko uporabniki sporočajo svoje želje, pohvale in predloge. Jih upoštevate?

Že sam jedilnik sloni na željah in potrebah stanovalcev ter lokalno poznani hrani. Uporabniki storitev posamezne individualne želje glede prehrane sporočajo ob sami vključitvi v storitev. Pohvale, predloge in pritožbe pa lahko domski kuhinji sporočajo preko zapisov v zvezek, ki je v obeh domskih jedilnicah. Vse predloge, želje skušamo upoštevati v okviru možnosti, ki jih imamo.

Pred časom smo ob nedeljah zvečer uvedli suhi obrok. Zakaj tako in kako so to sprejeli stanovalci?

Ob nedeljah smo uvedli večerni suhi obrok zaradi pomankanja delavcev in tudi, ker zakonodaja določa, da lahko zaposleni delajo največ 28 nedelj v letu. Tako smo bili primorani zmanjšati nedeljske ekipe zaposlenih v kuhinji. Večerje so ob nedeljah zvečer že prej sestavljale jedi kot so narezki, potice, kolači, peciva. Poleg navedenega uporabnikom sedaj ponujamo tudi sendviče, ki smo jih na njihovo željo še izboljšali s sočnimi zelenjavnimi namazi. Menim, da kakovost in količina obroka s tem ni upadla, res pa je, da ne stanovalci in ne zaposleni te spremembe niso sprejeli z navdušenjem. Temveč zgolj z razumevanjem omejitev v organizaciji dela kuhinje.

V zadnjem letu se ponovno sestaja skupina za prehrano. Kakšen je namen te skupine sestavljene iz zaposlenih različnih služb in kakšne iz-

boljšave so bile na njihove predloge že uvedene v prehrano?

Namen skupine za prehrano je v izboljšanju jedilnikov, nabora sestavin, načina postrežbe hrane, prenosa informacij s strani uporabnikov v domsko kuhinjo, ... Skupino sestavljajo zaposleni in vodje služb neposredne oskrbe in nege stanovalcev ter uporabnikov storitve pomoči na domu. V času delovanja skupine je bilo uvedenih kar nekaj sprememb in izboljšav in posledično že izraženih pohval uporabnikov storitev naše kuhinje.

Stereotipni izgled kuharja oz. kuharice je bolj okroglega videza. Ti pa si visok in suh. Ne poskusiš nobene hrane, ki jo pripravite v kuhinji?

V kuhinji poskusim vso hrano, razen vampov, ki jih ne maram. Te preizkusijo sodelavke. Na jedilniku so, ker jih večina stanovalcev obožuje. Kuharice že dolga leta pripravljajo vampe po dobrem domskem receptu. In res so odlični. Sam sem pa suh, ker se veliko gibam.



Eno klasično vprašanje. Zakaj si se odločil za poklic kuharja?

Za poklic kuharja sem se odločil, ker sem že v otroštvu po vrnitvi od pouka, občasno pripravljaval kosila za družino. Poklic kuharja je zanimiv in pester. Ne naveličaš se ga kar tako. Še vedno zelo rad kuham. Predvsem tradicionalne jedi. Najtežje pa sprejemam kritike s strani oseb, ki ne poznajo postopkov dela in organizacije dela v veliki kuhinji, kot je domska kuhinja.

Kakšna pa je tvoja poklicna pot? Kje vse si nabiral kuharske izkušnje?

Izkušnje v kuhanju nabiram že vrsto let. Kot mlad štipendist sem se najprej zaposlil v kuhinji Psihiatrične bolnice Idrija, kjer sem delal 16 let. Tam sem se usposobil tudi za dietnega kuharja. Nato sem prišel v Dom upokoencev Idrija in postal vodja kuhinje.

Bralce gotovo zanima, kaj počne vodja kuhinje. Nam lahko predstaviš delo in skrbi vodje?

Delo vodje kuhinje zajema širok nabor opravil od sestave jedilnikov do neposredne pomoči v kuhinji. Na podlagi vnaprej sestavljenih jedilnikov, normativov za živila in predvidene količine obrokov izračunam količino živil, ki jih potrebujemo za pripravo posameznih obrokov. Sestavine naročamo pri različnih dobaviteljih. Pri naročilih vedno upoštevam kakovost hrane. Naročila je potrebno oddati vsaj 14 dni pred dobavo. Po prejemu živila ustrezno skladiščimo. Nekatera živila se ne da skladiščiti in so zaradi kratkega roka trajanja, dostavljena neposredno pred pripravo obroka. Kot vodja načrtujem delo zaposlenih in organiziram dnevne zadolžitve. Preverjam ustreznost higiene in čistoče prostorov, predmetov oz. pripomočkov za pripravo hrane. Skrbim za doslednost pri izvajanju pravil varne priprave hrane po HACCAP sistemu. Vodim evidence in zaloge živil, načrtovanih in realiziranih obrokov. Se neposredno vključujem v priprave obrokov, predvsem peke sladice in občasno tudi popravim kakšen kuhinjski pripomoček, da je lahko jed še

pravi čas na krožniku. Opravil vodje je veliko, vendar delo vodje kuhinje z veseljem opravljam.



Kdo si, ko nisi vodja kuhinje. Kaj rad počneš, od kje se voziš na delo? S čim razvajaš sebe in družino? Si tudi v domačem življenju glavni kuhar?

V svojem prostem času počnem različne stvari. Zidam, urejam okolico domače hiše in se rekreiram. Posebej lepo mi je, ko gremo z družino in našim psom na sprehode, izlete s kolesom in smučanje. V poletnem času se kar s kolesom pripeljem v službo iz Godoviča, kjer živim. V službo pridem tako zelo hitro in prijetno osvežen. Za nazaj domov pa izgleda kolesarjenje malce drugače, predvsem počasneje. Po senčni makadamski cesti – Francoski cesti do doma premagam kar 330 višinskih metrov vzpona. In tako že takoj ob vračanju iz službe naredim nekaj dobrega za moje telo. Tudi doma zelo rad kaj skuham, še raje pa se prepustim kuharskemu razvajanju s strani moje žene.





Katera hrana ti je najljubša? In kdo jo skuha zate?

Sam niti nimam najljubše hrane. Občasno se razvajam z na pol (medium) pečenim rozbifom na rukoli ali tatarskim biftekom. Obožujem tudi sladice, ki vsebujejo čokolado. Te mi največkrat pripravi moja boljša polovica.

Tvoje današnje kosilo? Ali opazuješ hrano vedno skozi kritično oko kuharja. S tem mislim na izgled, konsistenco, okus. Si izbirčen glede hrane?

Moje današnje kosilo je bil dušen riž z grahom in pečenim piščancem v solati. Glede hrane nisem izbirčen. Sem bolj za klasično kuhinjo. Raje pa imam hrano, ki je pripravljena aldente in na hitro, kar pa ni primerno za uporabnike domske kuhinje. Zanje mora biti hrana mehka, sočna in dovolj kuhana.

V zadnjem času na televiziji spremljamo veliko kuharskih oddaj, blogov. V skorajda vsaki reviji je prispevek o hrani. V to kulturo, ki se vrti okoli hrane, so vključeni že majhni otroci. Kaj meniš, je hrana res tako pomembna v našem življenju? Ali ta po tvojem mnenju zadovoljuje samo telesne ali tudi čustvene potrebe? Posebej ob vseh motnjah hranjenja, prehranjenosti v razvitem svetu.

Pri hrani je najpomembneje, da jo uživamo redno in v ustreznih količinah. Uživati moramo raznovrstna in sveža živila. Za ohranjanje zdravja je zelo pomembno vsakodnevno gibanje in posvečanje raznovrstnim aktivnostim, pri katerih razgibamo celotno telo. S takimi aktivnostmi se odpočijemo tudi duhovno. Vsako prekomerno uživanje hrane ter dolgotrajno preobilno hranjenje škodi zdravju. Je lahko vzrok za številne bolezni, kot so sladkorna bolezen, srčno žilne bolezni, rak in tudi čustvene motnje. Neustrezna zastopanost posameznih hranil v obrokih lahko vodi tudi v podhranjenost, kaheksijo. Prepričan sem, da se recept za zdravo in dolgo življenje skriva v ustrezni prehrani in gibanju.

Te zanima vrhunska kuhinja? Kako ti slediš kulinarčnim smernicam in novostim?

Vrhunska kuhinja je zanimiva, vendar me osebno ne pritegne. Večji izziv mi predstavlja, kako v velikih kuhinjah pripraviti okusen obrok ob upoštevanju vseh smernic zdrave in varne prehrane. Kako in v kakšni temperaturi ohraniti kakovost, sočnost ter konsistenco hrane, npr. rižote od priprave do serviranja.

Si kdaj zaželiš, da bi svoje delo opravljal kje drugje. V vrhunski restavraciji, planinski koči? Ali na drugem delovnem mestu?

O tem ne razmišljam. Poleg kuhanja ter prostočasnih dejavnosti, ki sem jih že omenil, nimam ambicij po spremembi svoje poklicne in osebne kariere. Raje uživam, ko drugi delajo, kot pa delam, medtem ko drugi uživajo. Ali v vrhunski restavraciji ali planinski koči.

V sestavo jedilnikov redno vključuješ domačo in sezonsko hrano in lokalne pridelovalce. Poudarek daješ kvaliteti hrane. Zakaj?

Odgovor je preprost. S kvalitetno surovino lahko pripravimo boljše in okusnejše obroke. Živila so sveža. Do nas ne pripotujejo skladiščena po kontejnerjih, prepojena z raznimi konzervansi. Tudi v sami pripravi hrane ne potrebujemo ojačevalcev okusa. V naši kuhinji uporabljamo goveje meso domačih pridelovalcev, ki nam ga zagotavlja KGZ Idrija. Kot družbeno odgovorno podje-

tje se zavedamo pomena lokalne samooskrbe in podpore lokalnim pridelovalcem hrane.

Zaposleni nekajkrat letno prejmemo pozdrav iz kuhinje s košarico sezonskega sadja. Kaj meniš o tej prijazni gesti Doma do svojih zaposlenih?

Košarica sezonskega sadja za zaposlene je res prijazna pozornost delodajalca do nas zaposlenih v Domu. In obenem spodbuda k zdravemu načinu življenja z uživanjem sezonskega sadja.

Kaj je zate zdrava hrana, zdrav jedilnik?

Menim, da sta zdrava hrana in zdrav jedilnik zastopana iz vseh živil, po malem. Zmerno. Z veliko gibanja.

Zaključna misel bralcem je..

Želim vam, da uživate v življenju, dokler ga živite. Ne obremenjujte se z nepotrebnimi mislimi in dejanji. In naj vam teknejo obroki pripravljene v naši, domski kuhinji.



Toliko preudarna pa sem, da vem kaj je možno in kaj ne

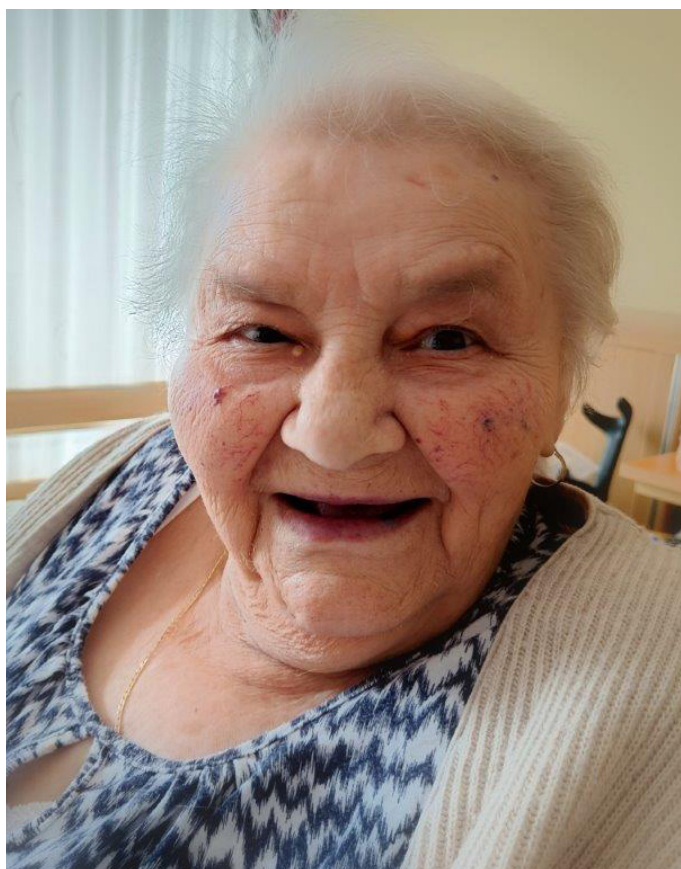
Pogovor s stanovalko Marijo Plesničar

Metka Pavšič

Štejem sedeminosemdeset let. Rojena sem v vasi Čekovnik. Pri nas se je reklo pri Mohoriču, pisali smo se Podobnik. Na otroštvo imam lepe spomine.

Starša sta nas lepo vzgajala. Sedem otrok nas je bilo. Trije fantje in štiri dekleta. Od malega naprej sta nas učila delati, saj je bilo na kmetiji vedno veliko dela. Leto dni sem morala pasti tudi živino, skupaj z mlajšim bratom. Bilo ga je strah. Ko je nekoliko zrasel, so mene poslali po drugih opravkih. V šolo smo hodili k Podobniku, vse do razpada Italije. Takrat so nam učiteljice pobegnile in do konca vojne smo ostali brez šolanja. Sem in tja je sicer k številčnejšim družinam prišel partizan Branko, ki nas je učil nekaj poštevance in pisanja. Po vojni smo šolo nadaljevali pri Blašku. Zadnje leto osnovne šole sem naredila v Idriji, saj v Čekovniku ni bilo učiteljice. Si morete misliti, da je moja mama, ki je čakala 98 let kar mama naučila branja in računanja. Nikdar je nismo mogli prinesiti naokrog, ko nas je poslala v trgovino. Točno je vedela koliko bomo v trgovini plačali in koliko moramo prinesiti nazaj, do centa natančno. Mama je rada tudi brala, otroci pa ne.

Poleg dela je pri nas domovala tudi dobra volja. Od nekdanj je bila muzika pri hiši, več harmonik in bas. Ata je kasneje vsem otrokom zapustil kakšen inštrument. Tudi meni je zapustil harmoniko, saj sem znala malo igrati. Ata so bile res same harmonike. Če je bilo zvečer vse narejeno, smo lahko zvečer kaj zaigrali in zapeli. Sploh ob nedeljskih popoldnevih je bila muzika pri nas doma. Bila je nekakšna nagrada za pridnost. Ata



je bil res korajžen človek, mama ni imela nič proti veselju, a vedno je bilo še kakšno opravilo, ki ga je morala opraviti. Ne spomnim se, da bi bili kdaj kregani. Ata je imel drugačne vzgojne prijeme. Ko smo kam šli, je dejal, da naj gledamo kako se bomo obnašali, da ne bodo na nas kazali s prstom, češ od tega in tega smo. Vedno smo se morali držati skupaj in tudi skupaj z njim oditi domov.

Pri sedemnajstih letih sem se zaposlila pri Gozdni in tam ostala do petindvajsetega leta. Čez zimo nismo delali. Bile smo vzgojne delavke. Sadile smo smrekice, sejale smo jelke, delale v drevesnicah,

čistile gozdove, žele smo okrog mladih smrečic. Delo ni bilo težko, pot na delo pa dolga. Po dve uri smo hodile na Krekovše in po drugih vrhovih. Bilo nas je pet punc. Tudi cesto smo morale popravljati. Uporabljale smo lopato, kramp, macolo. Ko smo okrog petih prišle domov, nas je vedno čakalo kosilo. Po kosilu pa smo šle takoj na njivo. Pozimi smo pletle in predle.

Moža sem spoznala kar pri nas na domu. Ker je bila njegova sestra poročena z mojim stricem, so prihajali k nam na obisk. Zaljubil se je, potem je pa zagrmelo. Na dan petka sem šla še delat, v soboto sva se pa že poročila v Idriji pri sv. Trojici. Ker se je istočasno poročila tudi moževa sestra, smo bili en drugemu priče. Na poročno potovanje smo šli na Reko. Z Mosta na Soči nas je nekdo z avtom peljal na Reko. Hotel, kjer smo želeli prenočevati, je bil zaseden, tako da smo spali kar pri neki vdovi, ki nam je oddala prenočišče. Ko sem od daleč zagledala morje, sem rekla: "Le koliko ptičkov je tam." Čolnički in ladje so se mi zdeli kot kakšni golobi. Vsi so se mi smejali. Naslednjega dne smo se odpeljali v Gorenjo Trebušo, kjer je bila na bodočem domu moževe sestre ohcet. Zjutraj pa peš v Bendijo, kjer sem dobila novo domovanje.



V sebi sem že prej čutila nek strah pred odhodom na kmetijo. Vedela sem kako trdo je treba delati na kmetih, a bila sem pripravljena in vedela sem kaj me čaka. Ker je bila moževa mama bolna, sem morala prvi dan zagrabiti za gospodinjstvo in tako je bilo vse do mojega odhoda iz Bendije. Včasih me je prešinilo tudi to, da je človek neumen, ker se tako matra. A mlad človek je mlad človek. Še dobro, da ne razume vsega. Staro mamo sem pred poroko vprašala za nasvet. Rekla sem ji: "Mar ni težko živeti s človekom, če ni kake ljubezni?" Pa je dejala, da ljubezen pride kasneje. In res je. Najvažnejše je, da sva se z možem lepo razumela. Imela sva kar precej živine. Od vojne je bilo vse uničeno, tako da smo sprva živeli pri bratu in kasneje na šupi, kjer smo imeli sobico. Potem sva si sezidala nov dom. Še prej sva morala poravnati vso doto preostalim otrokom.

Veliko veselja sem imela z majhnimi prašički. Vsako leto sem jih dvakrat vzredila. To sem znala od doma. Naučila sem se jih celo skopiti. Hraniti jih je bilo treba z mlekom, korenjem, pa tudi s kruhom. Res so bili lepi in z lahkoto sem jih oddala.

Dobro je, da nas je ata naučil delati vse. Od košnje do dela v gozdu. Za vse sem morala poprijeti. Živel se je le od kmetije. Življenje je teklo, nosilo s sabo lepe, pa tudi težke reči. Dve punčki sta mi umrli, a imam še tri otroke. Hčerko in dva sinova. Vesela sem tudi štirih vnukov, sami fantje so.

Pet let sem že vdova. Nekaj časa sva sama s sinom živela v Bendiji. Ko pa je prišla bolezen, sem z ljubljanske bolnišnice prišla direkt v idrijski dom. Sprva je bilo rečeno, da bom nameščena v dom v Črnem vrhu. Ko pa mi je sin tik pred zdajci povedal, da grem v idrijskega, se mi je zdelo, da sem z glave odložila veliko kapo. Dobro leto in pol sem zdaj tu. Nikdar v življenju nisem na zunaj kazala kake hude žalosti, pa če je bilo še tako hudo. Vedno sem si dejala, da tako pač je in da bo že nekako šlo naprej in je v resnici tudi šlo.

Zgodbe, ki jih piše življenje



Zdaj sem se tu kar nekako privadila. Mislim si, da sem zdaj tu doma. Od začetka je bilo silno težko in dolgčas. Samo domov bi rada odšla. K sreči pa imam take otroke, da so zelo pogosto hodili na obiske, pripeljali so mi tudi televizijo. Sprva sem veliko barvala, pletla nogavice in rokavice. V zadnjem času pa z Nino barvava tudi slike. Nina mi zmeša barve, jaz pa pobarvam. Rada bi naredila nekaj slik, da jih bom dala svojim za spomin. Če jih bo naslikanih več, bova naredili tudi razstavo. Če se dobro počutim, rada grem v družbo, na skupine, k maši, na prireditve. Ljudje so res prijazni. Si morete misliti, da žena, ki je sploh ne poznam, vedno prime voziček in me zpelje na telovadbo.

Najbolj zadovoljna bi bila, če bi lahko bila doma, a vem, da tako ne more biti. Zaradi tega ne sejem naokrog slabe volje. Toliko preudarna pa sem, da vem, kaj je možno in kaj ne. In tako sem prav zadovoljna. Najbolj v življenju sem ponosna na to, da smo se v družini lepo razumeli in še vedno je tako. No, še vedno me ubogajo (smeh), čeprav jim nič ne ukazujem. V resnici smo enaki med enakimi, prijatelji smo.



Moj nogometni klub je Real Madrid

Pogovor s stanovalcem Jožetom Omahnom

Metka Pavšič

Sem rojen Kranjčan. 18. februarja 1963 sem zagledal luč sveta. Pri desetih letih mi je umrl oče. Mama je pokojna že dvaindvajset let. Imam še tri sestre, sam sem najmlajši izmed otrok.

Takoj po osnovni šoli sem šel v službo. Delal sem v tovarni obutve Planika. Sodeloval sem pri izdelavi obutve za nogometaše. Leta 2000 je tovarna šla v stečaj, zato sem se zaposlil pri komunalnem podjetju v Kranju, kjer sem bil zaposlen skorajda dve desetletji. Tam je bilo treba opravljati raznovrstna dela. Pometal sem kranjske ulice, po raznih veselicah je bilo treba sredi noči pobirati po tleh odpadno embalažo. A delo ni bilo preveč težko. Srečeval sem raznovrstne ljudi. Do mene so imeli eni tak, drugi drugačen odnos. A vseeno sem raje delal v tovarni Planika. Ponosen sem na to, da imam skorajda štirideset let delovne dobe.

Živel sem sam v bloku. Čas sem si krajšal z gledanjem televizije in sprehodi po Kranju. Najraje sem po TV-ju gledal šport, smučanje in nogomet. Če slučajno še kdo ne ve, je moj nogometni klub Real Madrid. Iz Španije sem dobil tudi njihovo veliko zastavo. Bela je, z grbom na sredini. Oni pravijo, da je nogomet beli balet.

Februarja bo tri leta odkar sem prišel v dom na Marofu. Doma ni bilo redne prehrane in treba je bilo nekaj ukreniti. Sestri sta mi bili v veliko pomoč. Dobro se razumem z vsemi tremi. V domu mi je všeč, ker imam družbo, koga, s katerim se lahko pogovarjam. Ni mi dolgčas. Moja prijateljica je Anita. Z njo igram človek ne jezi se. Včasih sva ob igri kar glasna. Dobro se razumem tudi z Lojzetom in Mihom. Pravzaprav se z večino do-



bro razumem, tudi s sestrami. Če lahko kaj pomagam, to naredim z veseljem.

Nekaj zadolžitev imam v domu. Ena je, da snažilkam pomagam nositi vreče v kontejnerje, druga, da Urški iz pisarne odnašam odpadne škatle, tretja, da pomagam pripraviti jedilnico za razne prireditve. Dela je dovolj. Prireditve imam prav rad. Od vsega mi je bilo najbolj všeč, ko je prišel na obisk in imel pri nas koncert Dejan Vunjak. Tudi njegov oče Brendi se mi je vedno dopadel. Sicer pa imam najraje hrvaško glasbo. Imam jo na ključku za cel dan. Televizijo gledam preko računalnika. Življenja brez pametnega telefona si pa tudi ne morem predstavljati. Sem aktiven tudi na facebooku. Zdaj komaj čakam, da pride v naš dom ansambel Pozdrav. Z Metko ga že dolgo časa organizirava. Njihov pevec je bil moj sodelavec na komunalni.

Veliko mi pomeni, ker sestri Sonja in Ljuba poskrbita, da grem večkrat za nekaj dni domov. Imam brezplačne prevoze kot upokojenec in res ne vem zakaj tega ne bi izkoristil. Zdi se mi, da sem se v domsko življenje kar lepo vpeljal. Navsezadnje, kaj pa človeku ostane drugega?

Kadrovska stiska v našem domu

Urška Močnik

Čeprav tokratna izdaja domskega časopisa prihaja med bralce v predprazničnem času, želim v njej opozoriti na zelo pereče pomanjkanje kadra v našem domu.

Domovi za starejše že desetletje in več opozarjamo na nezadostne kadrovske normative tako na področju zdravstvene nege kot na področju oskrbe. Čeprav so bili v zadnjih dveh letih oboji nekoliko popravljeni, pa tudi tako posodobljeni ne ustrezajo dejanskim potrebam naših stanovalcev. V domove sprejemamo vsako leto starejše stanovalce (v DUI – enota Idrija se je povprečna starost od 2012 do letos zvišala za 8 let od 79 na 87 let) z več pridruženimi kroničnimi boleznimi in večjo oviranostjo v njihovem vsakodnevem funkcioniranju. Zato več kot dvajset let stari kadrovski normativi že leta ne zadoščajo več. Ocenjujemo, da bi morali biti, glede na sedanje potrebe stanovalcev, normativi vsaj za tretjino višji. Ocene strokovnih združenj na področju zdravstvene nege govorijo o potrebi zvišanja normativa za polovico. Žal pa trenutno tudi zvišanje normativov v zdravstveni negi ne bi pomagalo izboljšati stanja v domovih, saj kandidatov za zaposlitev na področju zdravstvene nege na trgu dela sploh ni več moč dobiti. To slednje kadrovsko stisko še pogloblja.

Vodstvo Doma upokojencev Idrija se že leta trudi izboljšati kadrovsko situacijo na različne načine:

- s ponudbo za štipendiranje dijakov in študentov za področje zdravstvene nege,
- s (so)financiranjem izobraževanja za zaposlene, ki si želijo pridobiti višjo stopnjo izobrazbe,
- z aktivnim iskanjem novih sodelavcev na trgu dela, tudi v tujini,
- z zviševanjem (internega) kadrovskega normativa zaradi zaposlenih, ki imajo omejitve zaradi delovne invalidnosti,

- z nagrajevanjem delavcev, ki delajo, z dodatkom za povečan obseg dela,
- z regresom za letni dopust, ki je precej višji od z zakonom predpisanega,
- z božičnico, ki jo izplačujemo iz vsega dobička, ki ga dom ustvari s prodajo svojih storitev na trgu (kosila),
- s sklepom, da nagradimo tiste sodelavce, ki v naš kolektiv povabijo novega sodelavca, ki ostane zaposlen v domu vsaj eno leto,
- z aktivnim opozarjanjem države (pristojnih ministrstev) na sistemske napake, posledica katerih je aktualna kadrovska problematika in
- s podajanjem predlogov za sistemske rešitve na državo.

Kljub vsem naštetim ukrepom in kljub številnim opozorilom državi, naj pristopi k sistemskim ukrepom, se kadrovske razmere v zadnjih letih le še poslabšujejo. Kandidatov za zaposlitev ustrezne izobrazbe na trgu dela praktično ni. Naši sodelavci se upokojujejo ali pa odhajajo na lažja delovna mesta ali celo na delo zunaj dejavnosti.

Zaradi tega zaposleni izvajajo zgolj najnujnejše naloge pri zagotavljanju zdravstvene nege in oskrbe. Verjamemo, da to povzroča nezadovoljstvo tako med našimi uporabniki kot med njihovimi svojci. Ker v kratkem ne pričakujemo bistvenega izboljšanja okoliščin, smo začasno zaustavili sprejem novih stanovalcev. Ponovno je vzpostavljena tudi čakalna vrsta za sprejem uporabnikov v dejavnosti pomoči družini na domu.

Ne glede na zgoraj opisano v Domu upokojencev Idrija še naprej skrbimo, da so naši uporabniki varni in da jim je v domu kar najbolj udobno. Vsem sodelavkam in sodelavcem se zahvaljujem za njihov trud in požrtvovalnost, naše uporabnike in njihove svojce pa prosimo za potrpežljivost in razumevanje.



Večer s posebnim guštom

Polona Leskovar Jereb

Pridobitev certifikata Družbeno odgovoren delodajalec in sprejetje etičnega kodeksa sta dogodka, ki sta vredna praznovanja, zato smo konec novembra za vse zaposlene v Domu upokojencev Idrija pripravili prireditev s koncertom Etno bande Poseben gušt.

V večer nas je prijetno uvedla Ema Brelih, ki je povzela bistvo naših skupnih prizadevanj za certifikat in etični kodeks. V nagovoru se je vodstvo doma zahvalilo vsem zaposlenim za prispevek pri ustvarjanju etičnega kodeksa ter hkrati za vsakodnevno prizadevanje in delovanje v skladu z njim. Kot kolektiv pa nismo bili deležni le pohval direktorice, v tem večeru smo se namreč izkazali tudi kot izjemna publika z odličnim poznavanjem repertoarja Iztoka Mlakarja. Čeprav izvajalci prihajajo iz Novega mesta, so skladbe primorskega kantavtorja predstavili zelo avtentično in nas

tako popeljali skozi raznoliko Mlakarjevo poezijo od uporniške Puntarske do nostalgичne Vandime.

Glede na odločno razpoloženje v dvorani lahko trdimo, da so nas člani bande Poseben gušt navdušili z vsako skladbo posebej, njihove melodije pa so nas spremljale še naslednjih nekaj dni. Dobra volja pa se ni zaključila s koncertom, saj nam je presenečenje pripravil še vodja kuhinje, ki je veliko mizo do zadnjega obložil z okusnimi prigrizki in mikavnimi sladicami.

Tako smo v slogu Iztoka Mlakarja – z odlično glasbo, polnim kozarcem, okusno hrano in v družbi dobrih ljudi – začeli praznični december. Ta nas spodbuja k praznovanju dobrih korakov, ki smo jih skupaj naredili v iztekajočem se letu, hkrati pa nas navdaja s pričakovanjem novih, ki jih bomo skupaj načrtovali in naredili v letu, ki je že tik pred nami.



Dogajanje v domu

zbrala in uredila Ema Brelih

Domski oder

Upokojenci pogosto najdejo izpolnitev in smisel življenja v različnih dejavnostih, v katerih razvijajo svoje talente in spretnosti. Sami povedo, da jih vodi sproščenost, novi izzivi in želja, da bi naredili še kaj dobrega za druge. V društvu **Klas iz Poljanske doline** ne pojejo in pripravljajo programa zgolj za svojo dušo, pač pa s petjem, skeči in drugimi domislicami v svojih nastopih prinašajo med ljudi dobro voljo in razvedrilo. Nastop v domu upokojencev je bil točno tak: aktualen, zanimiv in sproščujoč.



Komaj smo čakali, da po dolgem času slišimo petje **Čekovniških tklet**. Pet let že pojejo skupaj. Ob zaključku koncerta smo jim iskreno čestitali za lep koncert, primeren izbor pesmi, ubrano in zavzeto petje. Celoten program je spremljala tehna beseda povezovalke, niso pa pozabile tudi na goste, mladega harmonikarja in igralko, ki so programu dodali "cukrčke".



Med nami je bil ponovno **Dejan Vunjak**. Juhu! Uspelo je uskladiti urnik s tem mladim in izvrstnim pevcem in glasbenikom. Poleg pesmi, dobrega nastopa in energije pri njem občudujemo srčnost in neposreden prijateljski odnos do vseh. Hvala in še kdaj, pa srečno na vseh poteh.



V domu smo dobili v dar pianino. Deklici, ki sta nanj igrali, se učili in razveseljevali družino, sta odrasli in lastnica se je z nekoliko nostalgije, a z dobrim občutkom, da bo pianino še naprej služil svojemu namenu, odločila, da ga podari domu. Za začetek je v domu nanj zaigral izvrstni pianist **Armin Čoralič**, ob njegovi spremljavi je zapela še pevkica **Nina Kovšca** in vsi smo se lahko prepričali, da je glasba res nekaj, kar človeka prevzame, posebno še, če izvajalcem prisluhnemo v živo.



Pred domom se včasih ustavijo **skupine otrok iz vrtca** in z nekaterimi se že kar poznamo. Obljubo, da se vidimo pred domom še pred poletjem, so uresničili in prišli – pa ne tako mimogrede; vzgojiteljice in otroci so pripravili res raznolik nastop. Lepe otroške pesmice, predvsem pa sproščeno petje in ples so popestrili dopoldne številnim stanovalcem in tudi mimoidočim. Komaj čakamo naslednjega.



Pred domom je bila še ena zanimiva prireditev, ki je pritegnila pozornost mimoidočih, še bolj pa seveda povabljenih. Lahko bi temu rekli javna **vaja Žogabenda**. V obeh enotah doma se že nekaj let stanovalci zbirajo ob velikih žogah. Gre za zabavno vadbo, ki združuje in krepi tako motorične kot kognitivne sposobnosti, hkrati pa je še vse izredno zabavno in družabno. Ob melodijah, navadno so to priljubljene popevke, se izvaja pripravljene skupinske koreografije. Paziti je treba na ritem in seveda na gibanje, rdeča nit je seveda čimbolj usklajeno "bobnanje" po velikih žogah. Tokrat so se naši zasedbi pridružili **učenci prilagojenega programa Osnovne šole Idrija**.

En navaden deževen dan so prišle k nam **Trebanjske mažoretke**. To je nekaj posebnega. Usklajenost, mladost, gibčnost, ples. Res upamo, da jih še kdaj vidimo.

Na Martinovo smo si privoščili kostanj, vino, za ogrevanje glasilk pa sta s **kitaro in harmoniko** poskrbela **Milan Kavčič in Dare Likar**. Prava veselica.

Poletna potepanja

Letos smo že dvakrat **poromali k Mariji na Brezje**. Božjepotna cerkev, zbranost v kapeli, samostanski vrt, sprehod, malica, spomini na vsa romanja, vse to je tako lepo. "Človek dobi tolažbo in mir za celo leto. Četudi sem stara in zgubljena, molim pa rada. In tudi prav je tako," je bila presrečna ena od romaric.



Po daljšem času smo se odpravili na **celodnevni izlet**. Od Ljubljane naprej so nas spremljali dolenski hribi, vasi in obdelana polja. Najprej smo se ustavili v cerkvi na Zaplazu, nadaljevali do razgledne točke, ki ji res pritiče ime Nebesa in tu smo si poleg lepega razgleda privoščili tudi dobro malico. Ob povratku smo se ustavili še na Jurjevi domačiji.



Most na Soči smo si tokrat ogledali z jezera. Ugotovili smo, da je pogled z jezera čisto drugačen kot s ceste. Vožnja z ladjico Lucija je bila (pre)kratka, a sladka. Poleg uživanja na mirni gladini jezera s pogledom na breg, smo si privoščili še kavo, pivo, sok, fotografiranje s kapitanom, slišali smo legende in tudi resnične podatke o jezeru, doživeli in preživeli nevihto ter še kaj drugega, ampak, ker

Dogaja se... Enota Idrija

se držimo modrega rekla, da kar se je zgodilo na ladji, tam tudi ostane, bo to vse, kar povem.



V lepih dneh je bilo kar nekaj organiziranih sprehodov v okolico doma. Večkrat smo šli na daljši **sprehod do Mejce**. To je razdalja, ki že kar prijetno utruja noge. Če nas je več in vmes malo poklepetamo in posedimo, pozabimo, da so noge že težke. Ob Dnevu zdravja je bil s pomočjo prostovoljcev organiziran **sprehod po kolesarski poti** mimo topilnice proti Marofu. Le tega se je lahko prav zaradi prostovoljcev, ki so pomagali pri vožnji, udeležilo veliko stanovalcev na invalidskih vozičkih.

Zapeljali smo se **do Krnic**, na dober zrak in **do sv. Ivana v Šebreljah**. Tudi taki krajši izleti so prijetni. Človeka prav poživi pogled na obdelano njivo in vrt, čeravno sam ne more več obdelovati zemlje. Pravijo, da je pri sv. Ivanu nekaj zdravilnega za dušo. Mi smo posedeli pri Bifeju in z domačini premlevali o starih časih in aktualnih zadevah. Še bomo šli.



S sliko in besedo po svetu

Potopisna predavanja in pogovor o krajih, ljudeh, običajih in navadah so vedno dobro obiskana. Izkušnje popotnikov iz prve roke so bolj žive

in pristne kot dokumentarci na televiziji. "Kar še pojdite po svetu, da nam boste o tem pripovedovali. Tako pride svet k nam, v dom," je vesela ena od stanovalk, ki se boji, da bi zaradi drugih obveznosti kdaj zamudila naše izlete v svet.

Vesna, medicinska sestra, v svojem prostem času neumorno zahaja v hribe. Med letošnjim dopustom se je namenila prehoditi Krono Slovenije, krožno hribolazniško pot po naših najvišjih vršacih. Vse to je z besedo in sliko predstavila stanovalcem. Na poti ji je poleg sopotnikov delala družbo tudi zastava s simboli Idrije.

Ema je v sliki in besedi predstavila Libanon, Nepal, Indijo. Vedno pa radi pogledamo tudi naše kraje, ki so najlepši, tudi na slikah.

101. rojstni dan je praznoval naš Viki

Kar nismo mogli verjeti, da tako hitro mine eno leto. Ampak, koledar se premika v svojem ritmu in naš stanovalec Viki Rejc je praznoval svoj 101. rojstni dan. Kljub temu, da rad malo podremlje tudi sredi dopoldneva na počivalniku, pa je na rojstni dan mogel biti buden. Prav veselo je bilo. V nedeljo so mu voščili domači, v ponedeljek, na sam praznik, smo se ob njem zbrali stanovalci in nazdravili. Tudi Viki je dvignil kozarec in z nami zapel, najprej tisto znano Kolkor kapljic, tolko let. Vedno je imel rad glasbo in tudi na tak poseben dan so ga naše pesmi in voščila razveselila. Viki, srečno!



Klekljanje

V času Festivala idrijske čipke je avlo doma krajsila **razstava Andrina pesem v čipkah**. Čipke, za katere je vzorce narisala Andra Jereb, so delo klekljaric s Cerkljanske, ki se združujejo v društvu Marjetica. Poleg stanovalcev in domačinov si je razstavo ogledalo veliko tujcev. Že sama otvoritev je bila preprost dogodek z veliko vsebine, saj smo iz prve roke izvedeli, kako so čipke nastale in kakšne so posebnosti in odlike razstavljenih umetnin.

Andra Jereb, klekljarica in risarka vzorcev, pravi: *"Odkar pomnim sem doma med klekljaricami in našimi čipkami. Rada sem poslušala klekljarske zgodbe. Moževa mama nam je darovala več velikih čipk. Skrbno jih čuvamo. Povsod po stanovanju nas pozdravljajo. Velikokrat jih pobožam, kakor tudi prelepo čipko moje mame. Našla sem čudovito družbo klekljaric. Nekoč smo imele delavnico učenja cantu rožice. Ker nisem želela klekljati "na metre", sem narisala prvi papirc. V družbi pridnih in ustvarjalnih klekljaric sem postala bolj samozavestna in pogumna. Z razstavo čipk po mojih papircih so se mi uresničile sanje, da bom risala vzorce, po katerih bodo sklekljane čipke."*



Meta Gregorač, učiteljica v Čipkarski šoli Idrija, nam je predstavila projekt, s katerim je Čipkarska šola Idriji sodelovala v okviru programov Erasmus. S seboj je prinesla nakit in modele rožice, vijolice, čipke, ki je bila narisana prav posebej za ta projekt in mi smo jo "sklekljali" malo drugače. Te vijolice smo porisale in od daleč so zgledale kot prave čipke. Povprašali smo jo tudi, kako po-

teka delo v Čipkarski šoli, kje vse imajo oddelke, in o Islandiji, ki jo je tudi obiskala v okviru tega projekta.



Slikarska razstava v medgeneracijskem centru

V medgeneracijskem centru je na ogled razstava slikarskih del domačinke **Slavice Uršič**. Slikanje in pisanje sta njeno veselje in strast. Pri izbiri slikarskih tehnik se ne omejuje. Vsaka ji predstavlja izziv in možnost za učenje. Tudi motivi so različni. Od tihožitij, motivov narave in pokrajine, največ pa je vedut Idrije, poznanih in tudi bolj skritih kotičkov. So odraz časa in trenutka, ki ga Slavica zazna, ponotranji in izriše, naslika, postavi nam na ogled. Na otvoritvi smo se zbrali stanovalci, skupaj zapeli nekaj pesmi. Slavica nam je v idrijskem narečju prebrala zgodbo o tem, kako je zgledalo nakupovanje "fasnge" v Gorici v preteklih časih. Bilo je prav prijetno pomenkovanje in predenje spominov. Spregovorili smo tudi o razstavi, slikanju, ustvarjanju. Slavica nam je vsem položila na srce, da se človek ne sme zapustiti, treba je, tudi če ni vedno lahko, nekaj početi, ustvarjati, se učiti, delati. Tako se živi, gre naprej.



Prazniki so tu

zbrala in uredila Ema Brelih

Dobri možje v decembru, veselje in razočaranje

Marija

Za Miklavža so otroci napisali pisma in kar so napisali, so navadno dobili. Bili so pa zelo ne-
strpni in navsezgodaj, ko je bila še tema, so vstali
in prišli pogledat, če je že hodil Miklavž.

Enkrat se spomnim, da sem sinu povrhu ostalega
"naštimala" še eno šibo. Sredi noči se je zbudil in
me vprašal, če je že hodil Miklavž. Rekla sem mu,
naj gre kar sam pogledat. Ko se je vrnil v sobo, je
rekel, da ni še nič. Najbrž se mu je zdelo za malo,
ko je videl šibo.

Tudi jaz sem kot otrok vedno dobila Miklavža. Bila
je navada, da je mama vedno "poribala" mizo in
stole, da bo Miklavž prinesel na čisto. Navadno
me je ata peljal tudi k staremu atu in spomnim
se, da je bila pot vsa zamedena, samo stopinje so
se videle v snegu pred nama. In je rekel ata: "Vi-
diš, tu je pa zagotovo hodil Miklavž, so Miklavževe
stopinje." Seveda sem mu verjela. Dobila sem ka-
kšnega pastirčka, balonček, karamele. Ni bilo ve-
liko, bilo je pa vedno.

Spomnim se, da so enkrat v eni hiši organizirali
prihod Miklavža. Bilo je pod Italijo in ni smelo biti
javno. Miklavž je delil pakete, poleg njega so bili
tudi taki lepi angelčki. Prav v živo se jih spomnim.

Kdo je Miklavž smo navadno izvedeli v šoli. Otro-
ci smo se med seboj pogovarjali in ta veliki so
vedeli povedati, kako je s tem. Ko sem že slišala
govorice, sem hotela preveriti, če je res in sem
doma stikala po omarah. Res sem našla en paket.
In govorice so bile potrjene.



Še danes ne vem, kaj naju je s prijateljico enkrat
pičilo, da sva se "naštimali" in šli "v Miklavža". Ne
spomnim se, kako sva se oblekli, ampak morali
sva biti res čudni. Ko sva vstopili v eno stanovanje,
v katerem je bilo veliko otrok, so se naju ustraši-
li. Vsi otroci hkrati so vstali in začeli kričati, nato
je vstal še oče in zavpil: "Marš ven!" Hitro sva se
pobrali, a prijateljica se je v naglici še spotaknila
v predolgo obleko in vpila za mano: "Miklavž,
počakaj me!"

Marjan

Morda kdo misli, da je bilo po vojni vsega konec.
Še leta 1949 je nosil Miklavž v šoli. No, učiteljica
je naročila, da so ga parklji nesli ven in ga "ori-
bali" na snegu. Eno leto pa se je zgodila huda
nesreča, ki je eno deklico, ki je bila spremljevalka
v Miklavževem sprevodu, zaznamovala za celo ži-
vljenje. Na kostumu je imela našito perje in po
nesreči je prišlo do vžiga. Dobila je hude ope-
kline. To je ostalo vsem v žalostnem spominu.

Pavla

Spomnim se, kako smo bili enkrat res prav žalo-
stni. Nas je bilo veliko otrok in mama je pekla,
pospravljala, delala po hiši, mi pa smo se podi-
li po hiši, nismo je poslušali, ubogali. Prav oko-
li Miklavža smo bili taki nerodni. Pričakovali pa
smo, da bo kot vsako leto Miklavž prišel in na-
sul v peharje polno domačih dobrot. A takrat je

bilo zjutraj vse prazno, prazni peharji. Bili smo res žalostni, razočarani, resni. Zdaj vem, da je mama hotela pokazati, da tudi Miklavža ni, če nismo pridni.

Katarina

V zadnjih letih so se zbrali skupaj otroci in smo za vsakega nekaj kupile in je bilo največ veselja, ko so otroci odvijali darila in se jih veselili. Z vnuki se take stvari ponovno začnejo.

Sveti večer

Slavko

Že veliko pred prazniki smo dali sušiti les v dimnik. Palice so bile leskove in morale so biti suhe, zelo suhe, da so kar škripale. Le tako smo jih lahko uporabili za bakle. Za to so navadno poskrbeli bratje, ki so bili starejši. Svetili smo, ko smo šli na sveti večer k polnočnici, iz Jagršč v Šebrelje, ena ura peš. Vedno je bil sneg in mraz. Lepo je bilo.

Janko

Leskovo palico smo na koncu "scefedrali, razklali", da je bolj svetilo. Otroci smo se spustili po bregu in hitreje, ko si tekel, bolj je bakla gorela, bolj se je svetilo. Če je palica pogorela, da je nisi mogel več držati, si hitro vzel rezervo in nadaljeval pot. To je bilo veliko veselje. Pa tudi od daleč je bilo lepo gledati lučke, ki so se premikale in hitele v dolino. Za baklo smo uporabljali leskove palice, ki so morale biti res, res suhe.

Marijan

Svetega večera smo se veselili, saj smo se zbrali sosedje, mladina v eni hiši. Tam, kjer smo se dobro razumeli. Prišla so tudi dekleta, bili smo mladi. Igrali smo družabne igre, večer je hitro minil in potem smo se skupaj odpravili k polnočnici. Še prej pa smo doma "šli okoli vogla". Pri tej navadi, obredu, je imel vsak svojo funkcijo glede na starost in odgovornost. Bil sem "ta mal" in sem nosil križ, brat je imel žegnano vodo, mama, najbolj preudarna in resna, pa je kadila, v starem loncu

je bilo oglje posuto z brinjem, ki je lepo dišalo. V hlevu je brat poškopil bika, da bi se bolje redil. Potem smo se zbrali okoli peči in zmolili rožni venec, sledil je košček potice in, če so bile kolone, tudi klobase.

Alfonz

Za Božič smo se obdarili. Vsak je čakal, kdaj bo kaj dobil od drugega in vsaka najmanjša stvar je bila neprecenljive vrednosti. Včasih je bila vrednost darila odvisna tudi od tega, koliko si bil priden. Držali smo se tudi tega, da neglede na to, kje je bil kdo med letom, za Božič smo bili vsi doma, pri mami.



Dragica

Na sveti večer smo šli k maši na Šentviško goro. Bilo je več kot uro hoje po snegu. Sneg je bil zmrznjen, tako da se je hodilo kar po vrhu. Več kot pol vasi se je odpravilo skupaj na pot. Mraz nas ni ustavil. Včasih je sijala luna, če pa je ni bilo, smo šli z laternami ali baklami. Najprej smo se ustavili v gostilni, da smo se malo pogreli. Tam je bil ponavadi tudi en posebnjež, ki so mu vsi rekli kaplan. Znal je pripovedovati smešne stvari. Postavili so ga na stolicco, tudi malo je popil, ampak naredil je veliko razvedrila.



Dogaja se... Enota Idrija

Jaslice

Peter, Janko

V Otaležu je župnik Berce naročil naj vsak, ki pride k maši prinese škatlice od vžigalic. Pritegnil je veliko mladih in tudi drugod so jih zbirali. Potem je postavil velike jaslice. Iz škatlic je zgradil mesto Betlehem, gradove, zid. Žal je škatlice lepil skupaj z doma narejenim lepilom iz moke in vode. Držalo je dobro, le miši so se lotile vsega in na koncu od teh jaslic ni ostalo prav veliko. Bile pa so poznane daleč naokoli. Povšičev Franc je naredil lesene, rezljane, še vojaka s puško, pastirce. Bil je umetnik za delo z lesom, za rezbarjenje.



Marija

Ko sem bila še majhna, smo imeli doma papirnate jaslice. Take, da si figuro zapičil v mah. Potem pa smo sčasoma dodajali tudi druge figure, iz gipsa, plastične, lesene. Kakšno je prinesel Miklavž ali pa smo jo dobili kar tako za darilo in tako se je napolnilo. Mama je seveda pekla potico in piškote. Potem sva z atom s šivanko naredila luknjico, potegnila skozi nitko, da je nastal obesek. Smrekico smo okrasili s piškoti, karamelami zavitimi v svetleč papir in podobnimi okraski. Balončki in bunke so bili redkost. No, piškoti so se sčasoma zmeščali in popadali dol. Ponoči se je slišalo, kako so padli z drevesca. Vse je bilo drugače kot danes. Če pa pomislim za nazaj, je bilo res lepo.

Silvestrski večer

Alfonz

1957 leta sem dobil v vojski nagradni dopust in zračunal, da bom prišel do silvestrovega ravno

v Ljubljano. Ampak ni uspelo in sem praznoval novo leto na vlaku v Vinkovcih. Čeprav je bilo nekaj "rakije", so bili na vlaku še oficirji in nismo upali preveč popiti.

Novoletni plesi

V Idriji si moral prej rezervirati, če si hotel za novo leto dobiti prostor v Nanosu, pri Didiču, kjer se je plesalo. Stregla se je tudi večerja, postrežba je bila dobra. Moral si se lepo urediti, ženske so bile res urejene, visoke pete, frizure, nakit. Hodili smo skupaj s prijatelji in zelo dobro smo se imeli.

V Žireh smo šli na Novo leto plesati v Gasilni dom. Zbralo se je veliko ljudi in dobro vzdušje je bilo.

V Ljubljani sva navadno šla v Narodni dom ali nasproti Uniona je bila ena menza, dvorana.

V Krnicah smo plesali na treh mestih, na Stanu, v Zadržnem domu, pr Cesarju.

Dokler nisem bila poročena sem šla v Ravne, Orehek, Bukovski vrh.

Vedno na Sovodenj ali v Otalež ali pa na oba konca.

V Lazcu smo plesali na šupi.

Pogosto so bile veselice tudi na Sv. Štefana, dan po Božiču. Božič se je štel za prevelik praznik, da bi hodili okoli po veselicah, naslednji dan pa smo si dali duška tudi s tem.

Prazniki so tudi zelo drugačni

Moj sin je umrl 29. decembra, 3. januarja je bil pogreb. Potem si pa zamislite novo leto.

29. decembra mi je umrla žena, 2. januarja smo jo pokopali. 33 let je bila stara. Vedno se človek spomni na to.

Razmišljanje ob kupu voščilnic

Ema Brelih

"Kaj naj z vsemi temi voščilnicami?" se sprašujem vsako leto ob koncu praznikov. Posebno zadnji dve leti je v decembru v dom prišlo nekaj škatel raznoraznih voščilnic. Stanovalci berejo, pregledujejo, nekaj najljubših vzamejo s sabo v sobo. Konec januarja pospravimo tiste najlepše, najsrčneje damo na stran, v škatlo.

Danes smo jih zvelikli na dan, saj so prazniki pred vrati. Spet so zaokrožile med stanovalkami. Odločile smo se, da bodo letos kar del naše praznične dekoracije. Še ne vemo točno, kako in kaj, ampak škoda je, da to leži v škatlah. Super bo.

Doma imam škatlo razglednic iz celega sveta, celo iz malih držav, otokov, za katere sem prvič slišala. Pisali so mi jih neznanci. Večina je skrbno izbranih in z zanimivim besedilom, seveda izpisanim na roko. To kaže na to, da je imel pošiljatelj željo nekaj sporočiti, dregniti prejemnika razglednice. Motiv na prednji strani, skrbna izbira znamk, še kakšna okrasna nalepkica in besedilo. Neverjetno, koliko stvari, vtisov je razbrati iz ene navadne razglednice.



Danes obstajajo bolj priročni, cenejši in hitrejši načini za pošiljanje pozdravov in voščil – s pomočjo interneta, telefonov, računalnika. A ko držiš v rokah bodisi pismo, razglednico, voščilnico je občutek popolnoma drugačen.



O zgodovini voščilnic piše Damjan J. Ovsec v **Velika knjiga o praznikih:**

"Navada, da si ljudje voščijo pisno, je stara kakšnih sto sedemdeset let in ne več. V dvajsetih letih 19. stoletja so se pojavile prve tiskane voščilnice, ki so jih najprej prodajali v dobrodelne namene. Svoje predhodnice so imele v voščilnicah, ki so jih od 15. stoletja dalje z roko pisale in risale redovnice, zlasti svojim dobrotnikom. Prava domovina novejnih voščilnic naj bi bila stara Avstrija. Ker

Dogaja se... Enota Idrija

smo bili Slovenci tedaj v avstro-ogrski monarhiji, spadamo med prve narode na svetu, ki so si pošiljali novoletne voščilnice in sploh razglednice."



Pisma, voščila, še posebej ob božičnih in novoletnih praznikih so v preteklosti mnogim pomenila edini stik z domom. Spomnimo se številnih izseljencev, ki so šli v tujino, čez lužo, mladih, ki so študirali na Dunaju in drugod. Med prazniki jim je prav misel na domače, motiv na razglednici, lastnoročno napisan pozdrav domačega človeka lajšal osamljenost in zapolnjeval praznino. Tudi danes je v vsakem od nas želja, da bi ob pomembnih dogodkih, praznikih čestital, voščil, zaželel vse dobro. Včasih smo v zadregi kaj in kako napisati. Zasedla sem kar nekaj navodil, nasvetov, kako se lotiti pisanja voščilnice. Nič ni narobe, če jih upoštevamo.



Dve misli v vzpodbudo in razmislek:

Večne težave imamo z vprašanjem kaj napisati, da ne bo navadno, banalno, suhoparno, dolgočasno, butasto. Predvsem si moramo vzeti čas in dobro razmisliti. Včasih je veliko težje nekaj napisati na kratko in v zapisano zajeti vse, kar želimo.



Ko boste kmalu začeli razmišljati o sestavljanju vabil, čestitk in zahval, se tega ne lotite kot bremena, pač pa uživajte in ne bodite preveč togi in pesimistični. Ne bojte se, da boste "izpadli" smešni, dovolite si nekoliko več. Če boste v dvomih, vprašajte še koga za mnenje. Vaša duhovitost in sproščenost bosta odsevali tudi v vaših vsakodnevnih opravkih.

Ker se danes najde v trgovinah vsemogoče in ker se nam kar naprej mudi, se zgodi, da je mnogo voščil napisanih površno, brez prave vsebine, voščilnice so izdelane neokusno, šablonsko, pre-

tirano. Žal je v škatlah, ki so omenjene na začetku, tudi mnogo takih. V tem primeru bi bilo dobro, če bi pošiljatelj upošteval rek: Manj je več.

Želim, da bi za praznik vsak napisal in poslal kakšno iskreno voščilnico ljubi osebi in želim, da bi bil vsak obdarovan z voščilnico, ki bi mu pogrela srce. Prazniki so lepši, če vemo, da kdo misli na nas in nam to tudi sporoči z voščilnico.



Dnevi za zdravje - drugič

Klavdija Prezelj

Kot smo pisali že v prejšnji številki, smo bili v začetku leta postavljeni pred prav poseben izziv. V okviru promocije zdravja naj bi obeležili vsaj 2 dneva.

V roke smo dobili prav poseben koledar, na katerem so poleg praznikov zabeleženi tudi različni svetovni in mednarodni dnevi. Mi smo se odločili obeležiti pet dni, tri smo izbrali iz koledarja, dva pa smo dodali sami.

Najprej smo obeležili **12. maj – mednarodni dan medicinskih sester**, a o tem smo že pisali v prejšnji številki.

Naslednji dan, ki smo ga izbrali, je bil **5. september – mednarodni dan dobrotelosti**. Stanovniki so imeli tekom poletja možnost, da na, v za ta namen pripravljen plakat v knjižnici, napišejo kaj je za njih dobrotelost. Ob njem se je marsikdo ustavil, naglas razmišljal, a nekako ni bilo poguma, da bi prijel za pisalo in besede zapisal. Slišalo se je: "Jaz ne pišem lepo, dajte raje vi." ali pa: "Jaz ne morem tako na veliko pisati, lažje povem kot napišem." Tako smo naše misli o dobrotelosti zbrali in jih skupaj zapisali. Kljub vsemu smo bili s končnim izdelkom zadovoljni in hkrati ponosni na vse nas. Izkazalo se je namreč, da je v vsakem izmed nas vsaj kanček čuta za posameznike, ki so tako ali drugače v stiski, ki potrebujejo našo pomoč, našo pripravljenost pomagati. In prav vsakič smo veseli plačila z besedo HVALA.



8. septembra obeležujemo svetovni dan fizioterapije (SDF), ki je znak enotnosti in solidarnosti do poklica in poteka po celem svetu. Letošnja tema SDF je bila "osteoartritis in vloga fizioterapevtov pri njegovem preprečevanju in obvladovanju". V ta namen je naša fizioterapevtka pripravila plakat, na katerem je predstavila kaj osteoartritis je, kakšni so znaki, kateri sklepi so najpogosteje prizadeti, kaj je sklepni hrustanec in kako ga zdravimo. Poleg omenjenega plakata je z nami delila tudi plakate, ki so ga ob svetovnem dnevu fizioterapevtov pripravili v svetovnem združenju fizioterapevtov.

Je bil pa 8. september za nas poseben tudi zaradi nastopa **Trebanjskih mažoretk**. V našo sredo jih je povabila Sabina, fizioterapevtka v idrijski enoti doma. Leta nazaj je bila tudi ona ena izmed njih. Sama pove, da se ji je prav svetovni dan fizioterapije zdel primeren dan, da punce zapešejo tudi za nas.





23. septembra obeležujemo **dan slovenskega športa**. Ta dan je državni praznik, ni pa dela prost dan. V Sloveniji ga praznujemo od leta 2020. Zakaj? V spomin na slovenske zmage na poletnih olimpijskih igrah v Sidneyu, ko je ob zmagi veslačev Iztoka Čopa in Luke Špika ter strelca Rajmonda Debevca, prvič zaigrala slovenska himna Zdravljica.

Ko smo prvič razmišljali kako bomo mi praznovali dan slovenskega športa, si nismo niti v sanjah predstavljali, da bo ta dan za nas res praznik. Takrat smo si namreč rekli, da ta dan gremo zaposleni in stanovalci skupaj na dopoldanski sprehod. In tako smo tudi zapisali v prejšnji številki.



To informacijo so tako prebrale tudi zaposlene v Centru za krepitev zdravja Idrijskega zdravstvenega doma. Ideja se jim je zdela zanimiva, videla so, da lahko tudi same dodajo delček k še lepši izkušnji praznovanja športa. Poklicale so Nino, ki v našem domu skrbi za medgeneracijsko sodelovanje. Tako je naše sodelovanje ter skupno načrtovanje je steklo. Nina je k sodelovanju povabila še prostovoljke, ki so rade volje na sprehod peljale stanovalce, ki so sicer na vozičkih in se večinoma sprehodov ne morejo udeleževati. Kolegice iz CKZ-ja so za vse udeležence pripravile krajšo telovadbo.

Ko smo se ta dan odpravili na sprehod "pod Golici", stanovalcem nismo povedali, da jih na poti





čaka presenečenje. Tako na Marofu kot v idrijski enoti smo se na skupni sprehod odpravili ob istem času. Stanovalci in zaposleni iz Marofa so skupaj s prostovoljci odšli proti Idriji, stanovalci in zaposleni iz idrijske enote pa skupaj s prostovoljci proti Marofu. Pri čistilni napravi so se naše poti srečale in veselje stanovalcev je bilo nepopisno. Srečali so se prijatelji, sosedi, sodelavci. Ob prijetnem klepetu in sladkem presenečenju iz domske kuhinje, rogljičkih in soku, smo se nekateri celo zavrteli v ritmih glasbe. Čakala nas je še vodena telovadba, ki jo je za nas pripravila kineziologinja Neca iz CKZ-ja, še malo klepeta in obvezno slikanje. Hitro je minil čas skupnega druženja. Nato smo šli nazaj proti domu. Polni lepih vtisov je pot nazaj hitro minila. Pred domom še zadnje slikanje, nato pa kosilo in deljenje vtisov med druge stanovalce.

27. oktobra je svetovni dan delovne terapije. Svetovno združenje delovnih terapevtov (WFOT) je za letošnji slogan zapisalo "*priložnost + izbira = pravičnost*". V ospredje se tako postavlja delovno terapijo kot stroko, ki z nudenjem priložnosti in možnostjo izbire, spodbuja življenje v bolj odprti in pravični družbi.

Kot delovna terapevtka v domu se trudim stanovalcem dati priložnost in možnost izbire aktivnosti ter dejavnosti, ki jim omogočajo vključevanje v skupnost in izpolnjevanje njihovih potencialov. Ob tem doživljajo zadovoljstvo, hkrati pa poskrbimo za dobro počutje in krepitev zdravja. Z možnostjo samostojne izbire aktivnosti in načina vključevanja v le te ohranjamo dostojanstvo stanovalcev, hkrati pa pridobimo njihovo zaupanje in pripravljenost na sodelovanje, kar pa je nenazadnje naš cilj in namen.



Poletna potepanja

Karmen Kovačič

Pohod po Rakah

Kar nekaj novih stanovalcev je izrazilo željo, da bi raziskali pešpoti v Idriji in okolici. Odločili smo se, da se skupaj odpravimo na Rake. Stanovalci so bili nad sprehajalno potjo navdušeni in so jo potem čez poletje z veseljem obiskali tudi sami.



Ohladitev v Idrijski Beli

Idrijska Bela se nahaja v krajinskem parku Zgornja Idrijca. Znana je predvsem po bližnjem naravnem kopališču Lajšt, ki vsako leto v poletni vročini privabi tudi nas. Lepo je bilo posedeti v prijetno hladni senci in se posladkati s sladoledom, obenem pa uživati v prijetnem ambientu narave.



Kopanje v Strunjanu

V tem vročem poletju smo se s stanovalci že zelo veselili enodnevnega oddiha na morju. Pod krošnjami borovcev smo se prepuščali topli sapici, kopanju, vrvežu na plaži, poležavanju, sončenju in sladoledu. Bil je pravi oddih.



Izlet na dolensko

Tokrat smo se odpravili na nam malo manj poznano dolensko. Najprej smo se ustavili na Jurjevi domačiji, ki je od leta 2000 kulturno etnološki spomenik lokalnega pomena in ena najzanimivejših kulturnih znamenitosti v občini Trebnje iz sredine 18. stoletja. Obsega pritlično, delno zidano in delno leseno stanovanjsko hišo, s črno kuhinjo, hišo, kamro. Ohranjeni so tudi svinjaki, kašča, vodnjak, ... Pika na i pa je bila pogostitev z lokalno pogačo in domačim kompotom.

Pot nas je potem vodila v Nebesa nad Šentruptom, kjer smo si privoščili kosilo ob nebeškem razgledu na Mirnsko dolino in vrhove južne Slovenije.



Dogaja se...Enota Marof

Za konec smo se ustavili še v znani romarski cerkvi Marijinega vnebovzetja na Čatežu, ki se nahaja na 543 m visokem hribu Zaplaz. Pogled na mogočno cerkev in mozaike p. Rupnika nas ni pustil ravnodušnega.

Izlet v Šebrelje

Začetek septembra smo izkoristili za kratek skok v Šebrelje. Tam smo si ob razgledu na okoliške hribe privoščili kavico in sladoled ter pozvonili v cerkvi sv. Ivana z upanjem, da se nam uresniči kakšna skrita želja.



Ogled velike čebele Kranjice

V okviru Medenega tedna so v Idriji potekale številne aktivnosti, med drugim je na dvorišče gradu Gewerkenegg prispela tudi čebela Kranjica - 100-krat povečan 3D model slovenske avtohtone kranjske čebele. To priložnost smo izkoristili in si jo v živo ogledali. Od čebelarjev smo izvedeli veliko novih informacij o čebelah, njihovem načinu življenja in produktih. Ogledali smo si čebelji panj in degustirali različne vrste medu. Bilo je vredno ogleda.



Obisk pri Nadi v Lazcu

V začetku oktobra smo se odpravili, lahko bi rekli, da že na tradicionalen obisk v Lazec. Tam namreč svojo zaslužno "penzijo" uživa naša bivša sodelavka in prijateljica Nada. Pričakala nas je prava pojedina, saj je Nada za nas pripravila polno mizo domačih dobrot. Dopoldne je hitro minilo ob obujanju spominov, ogledovanju lepe okolice, ki jo krasijo mnoge rože, sadna drevesa in čudovit razgled na okoliške hribe. Seveda smo priložnost izkoristili tudi za ogled cerkve sv. Jurija, ki stoji le nekaj korakov stran od hiše. Nada, iz srca hvala za povabilo, prijazen sprejem in čudovito dopoldne!



Obisk pri Vojki na Gorah

Gospa Vojka nas redno obiskuje v Domu s svojo psičko. Sedaj pa smo se odločili, da ji obisk vrnemo in smo se odpravili na Gore nad Idrijo. Njena hišica stoji na prelepem kraju, obdanem z naravo in živalmi vseh vrst. Ob prihodu sta nas pozdravila psička, videli smo papigo, simpatično opico, želve, mačke, nanduja, race, kokoši, pava, pajka in še bi lahko naštevali. Ob toplim jesenskim soncu in v družbi prijaznih živali, smo se naužili svežega zraka. Gospa Vojka, hvala za povabilo, prijazen in topel sprejem ter pogostitev. Zagotovo vas še kdaj obiščemo!



Dom in mi

zbrala in uredila Klavdija Prezelj

Ob koncu leta se običajno oziramo nazaj, pogledamo kaj se je lepega zgodilo v preteklem letu. Seveda se nam v spomine včasih prikraejo tudi malce manj lepi in žalostni dogodki. Kljub temu, da imamo kdaj občutek, da je dan enak dnevu, da čas teče počasi, pa ob razmišljanju kaj smo doživeli, kaj je zaznamovalo preteklost vidimo, da temu ni tako. Ob brskanju po spominih se nam zaiskri pogled, na lica se nariše nasmeh, besede kar vrejo na plan.

Robert Kobal

Tu v domu sem zelo zadovoljen, vsi so zelo prijazni, zame pa je najboljši Goran, ker zna popraviti vse, kar ga prosim.

Nuša Perkovič

Tu se z vsemi lepo razumem, tako s stanovalci kot z zaposlenimi. Čez dopoldneve sem rada v delavnici, kjer barvam različne pobarvanke, prebiram fižol, delam kroglice za slike in še bi se kaj našlo. Popoldne pa na oddelku skupaj ustvarjamo in pospravljamo. Lepo se imamo.



Marjan Kop

14. 2. je minilo že 10 let odkar sem v domu. Zelo sem zadovoljen, čas hitro mineva. Prva oseba, ki sem jo v domu spoznal, je bila Andreja. Čez eno leto sva postala par. Prihodnje leto bo 10 let odkar sva fant in punca.

Veliko stvari se dogaja tu v domu. Najbolj sta se mi v spomin vtisnila dva naša nastopa. Prvi, ko smo šli z žoga bendom v Vipolže. To je bil sploh naš prvi nastop izven doma. Drugi pa je bil naš nastop s pevsko skupino v Mariboru. Tam je v spremljevalnem programu nastopil Alfi Nipič. Pravi užitek ga je bilo slišati in videti v živo.

Andreja Černe

Tu v domu se imamo zelo lepo. Dopoldne odhajam v VDC, ko pa pridem nazaj, imam polno dela. Najprej poskrbim, da je moja soba lepo urejena, potem pa grem k fantu, da skupaj spijeva kavo. Skupaj nato igrava človek ne jezi se, karte ali pa domine. Ni nama dolgčas skupaj. Ko pridem nazaj na oddelk, pa pospravljamo in ustvarjamo. Zelo vesela sem, da si sama zlikam in pospravim obleke.



Dogaja se...Enota Marof

Melina Ukmar in Željko Vuletič

V domu sva že 10 in 8 let. Tu sva se tudi spoznala. Prva sem prišla jaz. Željko je prišel kasneje, skupaj s prijateljem Sandijem.

Prišla sva na isti dan, oba iz bolnice v Polju. Bila sva velika prijatelja. Tudi če nisva bila skupaj v sobi, sva dneve preživljala skupaj. Tu smo se spoznali z Melino. Najprej smo se poznali le bežno, sčasoma pa smo postali najboljši prijatelji. Sandi se je pred leti preselil v drugi dom, midva pa sva ostala tukaj.

Skupaj pijeva kavo, greva na sprehode, v trgovine. Šla sva tudi v Ljubljano na obisk k njegovi sestri. Tu v domu rada greva na telovadbo, na tombolo in seveda novoletno zabavo. Jaz rada sedem tudi za računalnik, večkrat pišem sestri po elektronski pošti.

Pred kratkim sva se preselila skupaj v sobo. Tega sva res vesela. Tu imava svoj mir. V novem letu si želiva predvsem zdravja in da bova še naprej skupaj.



Andreja Muha

V domu sem že 20 let, leta 1999 je bilo to. Takrat sva prišla skupaj z očimom. V vseh teh letih se je spremenilo veliko stvari. Vsa leta obiskujem tudi VDC. Ko pridem z ostalimi v dom, popoldneve preživljamo skupaj, kar mi je zelo všeč. Včasih smo imeli popoldneve proste, sedaj pa smo polno zaposleni.

Pred kratkim je šla v penzijo naša Erika. Jo kar pogrešam. Vedno si je vzela čas, da nas je pocrkljala, da nas je vzpodbujala, da smo sami poskrbeli za urejenost sob in oddelka. Vsi smo jo imeli radi. Za spomin smo ji naredili sliko breze.

Marija Vojska

Tu moram pohvaliti prav vse, saj so vsi prijazni z menoj. Včasih me sicer jezijo sestre, ko me vzpodbujajo, da grem v delavnico. Na koncu pa sem jim hvaležna, da vztrajajo. Ko pridem v delavnico, mi čas hitreje mine. Med seboj se pogovarjamo, malo se pohecemo in že je čas kosila. Lepo se imamo.

Julijan Tušar

11 let bo odkar sem tukaj. Zelo sem zadovoljen z vsem. Zelo rad hodim na izlete. Najlepše mi je bilo, ko smo šli na izlet na Brezje. Ana in Karmen sta nas peljali z avtom in kombijem. Zanimiva je bila že sama pot, cerkev pa sploh.

Pred prihodom v dom me je na izlete vozila sestra Fanika. Spomnim se, da sva bila na Sveti gori. Nazaj grede sva šla pa še v Brda. Ko smo šli iz doma na izlet na Brezje, sem se spomnil izleta s sestro.

Tu v domu sem polno zaposlen. Dopoldne sem v delavnici ali pa se udeležujem skupin od petja do molitve. Ko so prireditve, pa tudi ne manjkam. Trudim se, da sem z vsemi dober. Ko imam slab dan, pa sem raje sam zase.



Pisanje spominov

Edvard Bajt

Tu v domu sem šele krajši čas. Ni mi hudega, čas mi hitro teče, saj si ga zapolnim z različnimi aktivnostmi. Zelo rad rešujem osmerke, križanke, še najrajši pa pišem. S pisanjem sem začel že v bolnici, sedaj pa nadaljujem. Različne stvari si zapisujem, še najrajši spomine. Eden izmed njih je spodnji.

Fantom iz opere

Bilo je marčevsko jutro. Vstal sem in si pripravil zajtrk. Nato sem odšel v šolo.

Prva ura je bila telovadba, druga pa slovenščina. Nato je bila malica, potem pa kemija. Proti koncu ure je prišel učitelj glasbe Aldo Kumar. Povedal je, da je bil v sosednjem razredu, ker je načrtoval ogled opere Fantom iz opere. Vprašal nas je, če bi jo šli še mi pogledati. Povedal je, da ni potrebno iti, če nočemo. Vse sošolke so se oglasile, da gredo, le mi fantje se nismo odločili. Ker je bilo tako premalo ljudi za avtobus, je ogled odpadel.

Nato smo imeli zemljepis, ki ga je učila naša razredničarka. Ko je zapisovala v dnevnik, je do nje prišla sošolka in ji povedala, češ da sem jaz naščuval ostale fante, da naj ne gredo v opero, kar seveda ni bilo res. Potem je vprašala še mene, če je to res. Rekel sem ji, da naj vpraša fante, če je to res. Vsi fantje so rekli, da so se odločili sami.

Naročila mi je, naj pride oče na govorilne ure. Ko je naslednji dan prišel iz govorilnih ur, mi je povedal, da sem dobil pisni opomin. Očetu sem rekel, da je bilo tako, kakor sem povedal že prej, po pravici.

Popoldne je začelo deževati. Oče mi je rekel, da bova šla zvečer loviti žabe. Ob polnoči me je

zbudil. Hitro sem se oblekel. Šla sva k Slovenjalesu, kjer je bilo polno žab. Ko sva jih nabrala dovolj, sva se odpravila domov. Spotoma sem zagledal majhno žabo, ki ji pravijo "rega" in je čisto zelene barve. Prijel sem jo ter jo spravil v žep. Ko sva prišla domov, sem jo dal v banjo ter natočil malo vode. Ostale sva pripravila za pečenje.

Zjutraj sem vstal in pogledal v banjo. Plavala je gor in dol. Prijel sem jo in jo dal v peresnico. Odšel sem v šolo. Tam sem jo prijel in jo dal v žep, ker je bila peresnica preveč polna. Pri prvi uri sem delal plan, kako jo bom dal v torbo sošolki, ki me je obdolžila, da sem naščuval fante. Ko se je končala druga ura, je bila malica. Vsi so odšli na malico. Jaz in dva prijatelja pa smo najprej dali žabo v sošolkino torbo nato pa odšli na malico. Po malici smo imeli biologijo. Pogovarjali smo se o žabah, močeradih itd. Ko je manjkalo še pet minut do konca ure, je sošolka vzela torbo ter jo odprla. Na vrhu zvezkov je bila žaba. Zazrli sta si v oči. Nato se je zaslišal glasen krik. Zavpila je, da so ji dali žabo v torbo. Kričala je in preskočila našo klopo ter še eno, v steni je iskala vrata. Bila je čisto bleda. Učiteljica jo je tolažila, da je to čisto navadna žaba. Moj sošolec je žabo odnesel na prosto. Ko je bilo konec ure, smo vsi odšli ven iz razreda. Ostale sošolke so jo mirile, ker je bila čisto zbegana. Odšli smo na uro fizike. Ko se je ura začela, je učitelj rekel sošolki, da so najboljše pohane žabe. Vsa bleda je odšla na stranišče. Ko je prišla nazaj, je učitelj še razlagal o žabah. Sošolka je spet tekla na stranišče ter bruhala. Vrnila se je ob koncu ure. Potem naj bi imeli še glasbeni pouk, a je odpadel. Odšli smo domov.

Sošolka je bila čisto zbegana oziroma uničena. Mislim, da si je zapomnila Fantoma iz opere

Moje pesmi

Vesna Mugerli Pomlad

Naše, slovenske korenine

V misel s Prešernom,
prešerno prepojena
naj zlije misel se še ena:

Ponosni smo Slovenci,
ponosni bomo ostali,
lastnih korenin nikdar,
nikdar ne bomo izdali.

Se naše korenine
razpredle so po celem širnem Svet,
a najlepše je doma živeti.

Poslednja želja vsakega Slovenca,
pa je ta,
da si tut umret želi doma.

Žato s ponosom čaše zdaj dvignimo
in si nazdravimo, saj:

Ponosni smo Slovenci,
ponosni bomo ostali,
lastnih korenin nikdar,
nikdar ne bomo izdali.

Ptičkom

Ptičkom po Svet se velika
krivica godi,
saj niso oni krivi,
če nam ptičja gripa grozi!

Krivi smo ljudje, ki nam mar
narave ni in
jo čist brez sramu iz dneva v dan
svinjamo vsi.

Mar spomlad ne bomo več
se s ptički veselili in
valilnic jim gradili?

Dejmo, zbermo zdej pogum,
potlačimo dol ponos,
pospravimo za seboj
nesnago in smeti, da
pomlad se skupaj s
ptički bomo veselili in
še veliko skupnih srečnih dni užili.



Naše lilije

Naša skupina je fina.
Skrbi za to,
da ne ostanem brez spomina.

Pogovarjamo se o dogodkih iz
bližnjih in daljnih dni in
ugotavljamo kaj vse se človeku
v življenju zgodi.
Vse zgage, nezgode prejšnjih dni
so nas pripeljale v skupino,
kjer smo danes mi, zato:
"Naj naša skupina
še dolgo živi."



Cvičku

Po cvičku glava ne boli,
le dobra volja se rodi.

Dobra volja med ljudmi
za marskeje lepga poskrbi.

Če v glavi dobra volja je doma,
ti hitro pride do srca in
od srca do tička tistega,
ki tičici veselja da tako,
da če sreča srečo da,
se tretji tiček ali tičica rodi
in tako se Svet naprej vrtil.





Korake k družbeni odgovornosti delamo tudi v domu upokoјencev

Nina Bevk

Septembra 2022 je Dom upokoјencev Idrija prejel certifikat Družno odgovoren delodajalec (v nadaljevanju DOD), ki temelji na smernicah mednarodnega standarda za družbeno odgovornost ISO 260000. Glavni namen certifikata je izboljšanje družbeno odgovornega upravljanja podjetij v odnosu do zaposlenih in drugih deležnikov.

Vodstvo doma se je zavezalo družbeni odgovornosti na najvišji upraviteljski ravni v podjetju, hkrati pa povabilo vse zaposlene, da aktivno sodelujejo pri ustvarjanju in izvedbi dejavnosti družbeno odgovornega podjetja.

Certifikat ponuja več različnih ukrepov, ki našemu domu nudijo priložnost za izboljšanje na področju varnosti in zdravja na delovnem mestu, medgeneracijskega sodelovanja in pri vsebinah, kot so etično vodenje in nediskriminacija na delovnem mestu. Poleg tega nas ukrepi spodbujajo tudi k večjemu prizadevanju za zmanjševanje negativnega vpliva našega delovanja na okolje in k povečevanju naše odgovornosti do družbenega in naravnega okolja.



Naš prenovljeni slogan **"Skupaj klekljamo lepšo starost"** skupnosti sporoča, da je eden naših najpomembnejših ciljev poskrbeti za zadovoljstvo naših uporabnikov. Drugi, enako pomemben cilj, je zadovoljstvo naših zaposlenih. V obdobju pridobivanja certifikata DOD smo prejeli potrditev, da smo na pravi poti, saj smo večino aktivnosti, ki so pogoj za pridobitev certifikata, izvajali že pred tem. Dejavnosti, ki smo jih že pred odločitvijo za pridobivanje certifikata vključevali v svoje delo, smo s pridobitvijo certifikata še dodatno osmislili, hkrati pa se zavezali k uresničitvi novih dejavnosti, ki bodo v naše delo vključevale tako skrb za družbo kot tudi za okolje.

Ponosni smo na svoje korake in pohvalimo se lahko s pestro paleto dejavnosti, ki smo jih že opravljali in jih še izvajamo tako na področju družbene odgovornosti do zaposlenih kot tudi do drugih deležnikov in okolja:

- zagotavljamo izobraževanja za vse starostne skupine,

- zagovarjamo pravico do prošnje za prilagoditev delovnih pogojev,
- zagotavljamo zdravo delovno okolje,
- sprejeli smo Etični kodeks Doma upokojencev Idrija, pri katerem smo s svojim prispevkom lahko sodelovali vsi zaposleni,
- uspešno sodelujemo z lokalnimi pridelovalci hrane in na jedilnik vključujemo tradicionalne lokalne jedi,
- stremimo k energetske učinkovitosti stavb,
- spodbujamo brezpapirno poslovanje in
- promoviramo zmanjševanje digitalnega onesnaževanja.

Dom upokojencev Idrija se zaveda svoje odgovornosti do uporabnikov, njihovih svojcev, zaposlenih ter do družbenega in naravnega okolja. S certifikatom DOD želimo to našo odgovornost še poglobiti in ponotranjiti ter jo obenem širiti tudi na naše najbližje. Verjamemo, da bo cilj ob sodelovanju z drugimi organizacijami s podobnimi vrednotami še lažje dosegljiv.





Z ugankami do voščila

Klavdija Prezelj

Tokrat sem za vas pripravila malce drugačne uganke. Da pridete do rešitve vsake izmed njih, morate pravilno odgovoriti na vprašanja. Posamezne rešitve se skrivajo v voščilu ob novem letu.

Deseti del litra 


Uporabljamo jo za nego kože 

Pripomoček za lažjo in varno hojo 

REŠITEV 

Pri vходу v hišo je 

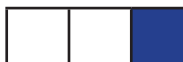
Simbol ali 

10 črka je 


Lahko je ptič ali sadje 

REŠITEV 

Tretji dan v tednu 


Z uro merimo 

REŠITEV 


Del pohišstva v jedilnici 

Zgornja okončina 

REŠITEV 

Nasprotje od odhod 

Enajsta in prva črka abecede 

Pot ali 

Kratice za starejši 

REŠITEV 

Uporabljajo ga kajakaši

Rabimo ga za pripravo jote, sarme

REŠITEV

Predzadnja črka abecede Reka, ki teče skozi Maribor in Ptuj

Zimska padavina

REŠITEV

Bodika ali

Majhna žlica

REŠITEV

Nasprotje od staro 365 dni

REŠITEV

Pritrdilni odgovor 18 črka je Ilovica krajše

REŠITEV

V teh decembrskih praznikih vam želim osebne sreče in miru, prijaznih obrazov, veselja v duši in zdravja v telesu. Naj bo Božič lep, novo leto pa darilo upanja v boljši svet.



Na spletu nas najdete na: www.duidrija.si (splošne informacije, rubrika publikacije)