

26 *Poklon jeseni*

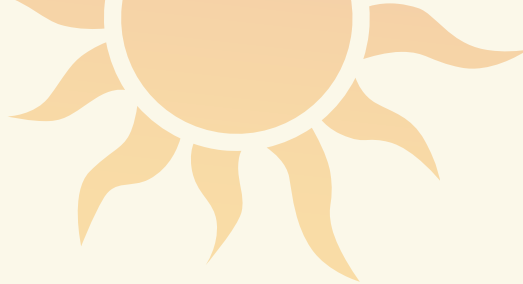
V hiši prijaznih ljudi

Glasiło Doma Petra Uzarja Tržič ● December 2022



DOM PETRA UZARJA
TRŽIČ

Hiša prijaznih ljudi



VSEBINA

UVODNIK 3

PROJEKTI DOMA 4

E-Qalin certifikat	4
Projekt KOS – ključna oseba	4
Evropski teden športa	5
Promocija zdravja na delovnem mestu: več zdravja na delovnem mestu	6
Družini prijazno podjetje	7
Jesenske počitnice v DPU	7
Beremo: donacija knjig Mohorjeve založbe	7

ZAPOSLENI 8

Novi med nami	8
Katja Terseglav – nova vodja ZNO	9
Naše zvezde	9
Kaja Petelin	9
Dragi Kuhar	10
Upokojili so se	11
Domski dojenčki	12
Pomoč na domu	12
Pomoč na domu zopet v prostorih doma Petra Uzarja	12

STANOVALCI 13

Ga. Ivanka in g. Martin, zakonca Eršte	13
Ljubezen	13
Tudi tako se pletejo prijateljstva	14
Stanovalci se predstavijo	14
Kaj mi predstavljata dobra frizura in obisk frizerja	15
Jesenski izlet na Jezersko	15

STANOVALCI PRAZNUJEJO 16

Zora praznuje častitljivih 100 let.	16
Sosedje, z roko v roki	17

UTRINKI DOMSKEGA DOGAJANJA. 18

Izlet stanovalcev na Jezersko	18
Kostanjev piknik	18
Plešem, pojem, igram in se skupaj z vami veselo imam: Folklorna skupina DU Naklo	19

1. Oktober – mednarodni dan starejših	20
Izlet na morje stanovalcev enote Naklo	20
Sladoledni dnevi	21
Oddelčni pikniki	22
Sivkine vrečke	22
Piknik	23
Sladka razvajanja	23

DROBTINICE ZA ZDRAVJE 24

Nemščina z gospo Boženo	24
Vaje za koncentracijo in spomin	25
Vaje za zdravo hrbtenico, ki jih lahko izvajamo v pisarnah in ostalih prostorih vsakdanjega življenja	26
Starejši z demenco na Nizozemskem	27
Za želodčke polne kot sodček.	28
Atomski štrudelj	28
Kvašeni rogljički (v velikosti dlani).	28
Orehova potica	29
Pastirska pita	29
Preprosti polnjeni datlji	30
Makovo pecivo.	30

KULTURNO DRUŽABNE PRIREDITVE 31

Enota Tržič	31
Enota Naklo	33

PRIŠLI, ODŠLI. 35

Zahvala donatorjem	36
------------------------------	----

POKLON JESENI – V hiši prijaznih ljudi

Glasilo Doma Petra Uzarja Tržič

Direktor doma in odgovorni urednik:

Domen Rakovec, univ. dipl. soc. del.

Uredniški odbor:

Tina Gatej, dipl. del. ter.,

Mateja Matoh Vozelj, animatorka

Karmen Klančnik Pobežin, animatorka

Katja Justin, animatorka

Foto: arhiv DPU

Naslovnica: arhiv DPU

Oblikovanje in tisk: Tiskarna Kara d.o.o., Tržič

Lektorski pregled: Tina Gatej, Katja Frelih, Lara Bešić



Spoštovane stanovalke, stanovalci, sodelavke in sodelavci ter ostale bralke in bralci.

Konec leta je pred vrati in s tem tudi konec gradbenih del, ki so zaznamovala predvsem drugo polovico leta 2022. V Enoti Tržič namreč (končno) končujemo oba investicijska projekta in sicer projekt »Izgradnja in vzpostavitev enote začasne namestitve v Domu Petra Uzarja« in projekt »Rekonstrukcija prečne mansarde in vzpostavitev novega oddelka ter prenova kuhinje«. Ker se slišita projektna naslova precej zakomplicirano naj vam v nadaljevanju pojasnim zakaj gre.

Projekt »Izgradnja in vzpostavitev enote začasne namestitve v Domu Petra Uzarja« Tržič. Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega sklada za regionalni razvoj. Predvidena vrednost projekta je 884.560,81 EUR. Predmet projekta je rekonstrukcija za izgradnjo bivalne enote za namene izvajanja in zagotavljanja začasnih namestitev za osebe starejše od 65 let. Rezultat projekta bo novozgrajena enota začasne namestitve v Enoti Tržič, ki bo sprejela do 11 oseb, kateri bodo bivali v 7 enoposteljnih, 1 dvoposteljni sobi ter apartmaju. Bivalna enota bo tako omogočala osnovno in bolnišnično postavitve postelje z upoštevanjem funkcionalnih površin za osebje ZNO. V enoti se bo izvajal socialno varstveni program začasnih namestitev starejših nad 65 let s poudarkom na skupnostnih storitvah s ciljem deinstitutionalizacije socialno varstvenih storitev.

Projekt »Rekonstrukcija prečne mansarde in vzpostavitev novega oddelka ter prenova kuhinje«. Investicija zajema izgradnjo nove enote v prečni mansardi v domu, prenovu kuhinje doma ter nabavo, dobavo in montažo potrebne notranje opreme. V novem oddelku bo v primeru izbruhov nalezljivih boleznih vzpostavljena rdeča cona za stanovalce. Predvidena je 1 enoposteljna ter 3 dvoposteljne sobe. Vsaka soba bo imela lastno kopalnico, poleg teh pa bo v enoti še ena nova skupna kopalnica. V kuhinji sta predvidena prenova obstoječega prostora in namestitev nove sodobne

opreme. Z novo enoto in prenovo kuhinje bo dom lažje posloval v podobnih kritičnih situacijah, saj ne bo potrebno zmanjšati kapacitet in premeščati stanovalcev izven doma, kar bo pozitivno vplivalo na njihovo počutje. Nova sodobna kuhinja bo zagotavljala najvišje higienske standarde, preurejen bo prostor za odpadke, urejen nov vhod za živila, vzpostavljeno ločeno prezračevanje kuhinje in jedilnice ter s tem ureditev ločenih čistih in nečistih poti. Poleg bolj učinkovite organiziranosti doma, bo projekt zagotovil bolj varno in kakovostno bivanje. Ocenjena vrednost investicije je v višini 898.205,00 EUR.

Projekta – oziroma moderni bivalni enoti ter prenova kuhinje bodo tako doprinesli k boljšim bivalnim pogojem za stanovalke kot tudi boljšim delovnim pogojem za zaposlene. V luči decembrskih praznikov si tako navkljub vsem oviram in preprekam, ki jih običajno take gradnje s sabo prinesejo, vendarle obetamo v Tržiču prav poseben praznik. Ne le, da bomo pridobili nove prostore, v hišo se bo zopet vrnil mir, ki nam je bil vzet, ko so se gradbena dela pričela.

Še vedno pa ostaja odprto vprašanje, kako naprej po sprejetem Zakonu o dolgotrajni oskrbi? Povsem možno je, da bo izvajanje zakona predstavljeno za leto dni. Namreč v času, ko to pišem odgovora na to še nimamo, saj bo v mesecu novembru referendum na to temo. Zagotovo pa bomo sprejeli izid referenduma tak, kot pač bo. Kaj drugega nam tako ali tako ne preostane. Tako kot vsak dan sprejemamo življenje z vsemi vzponi in padci kar nam jih prinaša.

In zopet se je leto obrnilo. Zato vsem vam, ki to berete in vašim najbližjim, pa tudi manj bližnjim želim vse dobro ter obilo veselja, sreče, zdravja in zadovoljstva tako v prihajajočih praznikih kot letu 2023.

Domen Rakovec, direktor

E-Qalin certifikat kakovosti



Kaja Petelin, fizioterapevtka

V začetku leta 2022 smo začeli z novim triletnim obdobjem spremljanja kakovosti dela v naši ustanovi. Po pridobitvi certifikata v novembru 2021 in predlogih za izboljšave smo proces postavili na novo, malce drugačno raven. V ospredju nam je želja po zadovoljnih stanovalcih, uporabnikih PND in zaposlenih ter seveda tudi vseh ostalih pomembnih oseb, kot so svojci, prostovoljci, lokalna skupnost ipd., ki so vključeni v naše delovanje.

V novembru 2022 smo začeli s sestanki ekip za kakovost, kjer lahko vsi podajo svoja mnenja, pripombe in predloge. Skupine zaposlenih

in uporabnikov obeh enot, svojcev ter zaposleni na pomoči na domu, imajo tako možnost, da so njihovi predlogi slišani in upamo, da v čim večji meri tudi izpolnjeni.

Jasen pokazatelj sprememb pri našem delu pa bodo pokazale ankete o zadovoljstvu vseh, ki se bodo izvedle ob koncu leta.

V upanju na odlično sodelovanje vseh in doprinos k izboljšavam vse lepo vabimo k udeležbi v skupine.

»Izboljšanje pogojev v svetu ni bistveno odvisno od spoznanj znanosti, temveč od izpolnitve človeških tradicij in idealov« A. Einstein.

Projekt KOS – ključna oseba



Tina Gatej, delovna terapevtka



V mesecu oktobru smo zaposleni v enoti Tržič dobili nove prijatelje. Z namenom izboljšanja kvalitete bivanja naših stanovalcev na enotah, kjer bivajo tisti z diagnozo demenca in oza-veščanja o demenci, smo se odločili za projekt Ključne osebe – KOS. Projekt je nastal v sodelovanju z gospo Vero Grebenc iz Fakultete socialno delo. Z uvedbo projekta želimo stanovalcem pokazati, da je v domu tudi prostor, da sebi in drugim pokažemo, kaj vemo, kaj nas zanima, kaj se želimo naučiti in da pri tem nismo sami, zaposlenim pa ponuditi možnost, da izstopijo iz okovanih in utesnjujočih vsakdanjih vlog in pokažejo svoj čut do sočloveka, izražajo svojo ustvarjalnost. Svoja razmišljanja, doživljanja, spoznanja in izkušnje je namreč zelo pomembno in vredno izmenjati z ljudmi. Ko jih izmenjamo

z ljudmi različnih generacij, različne starosti, dobijo še posebno vrednost. Drug od drugega se lahko veliko naučimo. Predvsem pa si v pristnem odnosu s sočlovekom bogatimo življenje.

Po krajšem izobraževanju o demenci je bil vsakemu izmed nas dodeljen stanovallec, naša naloga pa je bila, da v enem tednu stanovalca spoznamo, ga obiščemo in ugotovimo kaj ga veseli, kaj ima rad, katere stvari so mu v dnevu pomembne in mu prinašajo veselje.

Čez en teden smo se ponovno dobili, polni vtisov, novih izkušenj, vprašanj. V skupinah smo

diskutirali kaj je našim stanovalcem v veselje in kako jim mi, kot posamezniki lahko vsaj malo polepšamo dan. Ker več glav več ve, je vsak od nas dobil še marsikatero idejo kako preživeti čas s svojim novim prijateljem. Sedaj se vsi polni teh idej redno vračamo vsak k svojemu stanovalcu in drug drugemu lepšamo dneve. Ključni pari si tako krajšamo čas s pogovori, sprehodi v naravo, kavo, prebiranjem knjig in časopisov, reševanjem križank in še marsičem, vse je odvisno od našega odgovora s stanovalcem.

Evropski teden športa



Tina Gatej, delovna terapevtka

V domu Petra Uzarja smo tudi letos sodelovali v Evropskem tednu športa. Projekt Evropski teden športa je pobuda Evropske komisije za spodbujanje športa in telesne dejavnosti v Evropi. Letos je potekal že četrtrič, njegov poglobitveni cilj je spodbuditi najširši krog prebivalcev k redni telesni dejavnosti. Teden športa je potekal od 23. do 30. septembra. V domu so cel teden potekale športne aktivnosti, v katere so se lahko vključili naši stanovalci, svojci, zaposleni in preostali občani. Teden smo v ponedeljek pričeli s skupinsko vodeno vadbo, v torek pa smo nadaljevali s



poligonom, na katerem smo krepili ravnotežje. Sreda je bila namenjena nabiranju kondicije. Odpravili smo se na pohod po Ročevnici. Četrtek je bil dan namenjen regeneraciji, skupaj z DŠAM Tržič smo obnovili znanje o varnosti pešcev med pohodom in o premagovanju arhitektonskih ovir, s katerimi se srečujemo v okolici. V petek pa smo se zabavali med športnimi igrami z žogo, metali na koš in zbijali keglje. Teden športa nam je kar prehitro minil, komaj pa že čakamo naslednjega.



Promocija zdravja na delovnem mestu: več zdravja na delovnem mestu



Urška Malovrh, medicinska sestra – pripravnica

»Zdravje ni vse, vendar je brez zdravja vse drugo nič!«

S tem namenom v našem domu v okviru Promocije zdravja na delovnem mestu skrbimo za fizično in psihično zdravje zaposlenih. Za uspeh promocije zdravja pa je najpomembnejše sodelovanje vodstva in vseh zaposlenih. Vodstvo se zaveda pomena zdravih in motiviranih delavcev, saj se s tem zmanjša izostajanje od dela, manj je poškodb na delovnem mestu, zaposleni smo bolj povezani, motivirani in v boljši fizični in psihični kondiciji.

Na področju fizičnega zdravja so organizirana različna družabna srečanja in aktivnosti. Organizirane so športne igre, pikniki, mesečno je organiziran pohod, bowling, plavanje, joga,... Zaposleni lahko koristimo brezplačne terapije in masaže v domski fizioterapiji.

Na področju psihičnega zdravja smo zaposleni vključeni v različne oblike parlamentarnega izobraževanja za osebno rast in preventivo pred izgorevanjem na delovnem mestu. V domu po-

teka supervizija, koristi se lahko brezplačna psihološka pomoč, organizirane so strokovne ekskurzije, kjer se zaposleni ob koncu dneva tudi sprostimo. Letos pa imamo ponovno tudi novoletno srečanje. Zaposleni smo se tako že udeležili delavnice dihalne tehnike sproščanja in imeli motivacijsko predavanje dr. Sanele Banović.

Na zdrav življenjski slog vpliva tudi prehrana, zato je v domu na voljo brezplačni zajtrk (sadje, zelenjava, različni namazi, kruh, sok, čaj, kava,...). Zaposleni imamo možnost koriščenja počitniškega apartmaja po ugodni ceni.

Največ zaposlenih se udeležuje mesečnih pohodov, kjer se čuti pozitivna energija, pogovor steče, telo je utrujeno, na koncu pa sreča in popolno zadovoljstvo.

»Odločitev, kako se obnašati v vsakdanjem življenju, sprejema posameznik sam!«

Vendar vse to so koščki sestavljanke, ki jo ustvarjamo skupaj, da postanemo še bolj povezan, zadovoljen in močan tim.



Beremo: donacija knjig Mohorjeve založbe



Karmen Klančnik Pobežin, animatorka



V četrtek, 8. 9. 2022 smo imeli v Domu Petra Uzarja svečan prevzem knjig, donacije Mohorjeve družbe Celovec v vrednosti 6 000€. S svojim govorom so nas počastili direktor Mohorjeve družbe Celovec g. Franz Kelih, direktor g. Domen Rakovec ter podžupan g. Dušan Bodlaj. Prireditve se je udeležil tudi g. Adrian Kert, urednik splošnega programa. Prireditve so s plesom, petjem in dramsko igrico dopolnili otroci z učiteljicama iz OŠ Bistrica ter domski Žoga bend. Sledilo je še druženje ob domski pogostitvi. Stanovalci in zaposleni pa že z zanimanjem prebirajo in si izposojajo knjige.

Družini prijazno podjetje



Tina Gatej, delovna terapevtka

Družini prijazno podjetje je tudi tokrat zavalhalo rokave in še naprej pridno ohranja vse obstoječe ukrepe, namenjene zaposlenim in njihovim družinam. Med poletnimi in jesenskimi šolskimi počitnicami smo tako ponovno organizirali počitniško varstvo za osnovnošolske otroke

naših zaposlenih, zaposlenim je ponovno na voljo brezplačna psihološka podpora, v pripravi pa je tudi nova zloženka, kjer si lahko podrobneje preberete o vseh ukrepih. Pridno pa že sodelujemo tudi z Božičkom glede obdaritve otrok naših zaposlenih.

Jesenske počitnice v DPU



Petra Kajžer, kadrovnica

V času jesenskih počitnic je bilo v Domu zopet organizirano počitniško varstvo za otroke zaposlenih. Najmlajši so se zopet zabavali, ustvarjali in uživali. Celo tako, da je bilo nekatere tudi v popoldanskem času težko spraviti v domov, kar je bilo tudi našim stanovalcem v veliko veselje. Tega se je razveselil predvsem Rudi, ki je prišel do zaslužene partije.



Novi med nami - zaposleni

Cergolj Darja, socialna oskrbovalka

Sem Kranjčanka, ljubiteljica potovanj, rada jadram, kolesarim, slikam pokrajine in le še redko kdaj sedem za klavir.

Predhodna dela, ki sem jih opravljala, so bila vedno povezana z ljudmi, ker me to izpopolnjuje in bogati. Hvaležna sem DPU, da mi je ponujena priložnost, da pomagam ljudem, ki so pomoči potrebni. To mi ne predstavlja le izziva, ampak poslanstvo.

Pred menoj je še veliko novih spoznanj in neprecenljivih izkušenj. Želim si, da bomo skupaj soustvarjali lepe, nepozabne trenutke, iskali drug v drugem tisto dobro in da bomo skupaj usmerjeni k zadovoljstvu naših uporabnikov.



Lara Bešić, Diplomirana medinska sestra, vodja tima

Sem Lara in prihajam iz Trziča. Sem diplomirana medicinska sestra.

Svojo poklicno pot sem začela kot študentka na pediatriji, po porodniškem dopustu pa na onkološki enoti Klinike Golnik. Sedaj pa upam, da se ustalim pri vas.

Sem mamica 2 leti staremu fantku. Prosti čas rada preživim s sinom, skupaj se rada druživa, potujeva in hodiva na izlete.

Veselim se novih izzivov, ki me čakajo ter da spoznam vsakega izmed vas.



Mateja Srečnik, gospodinja

Sem Mateja Srečnik, v domu Petra Uzarja sem zaposlena kot gospodinja. Na razpis sem se prijavila, ker rada delam s starejšimi in jim pomagam. Zadnjih 10 let se delala na Kliniki Golnik, prej pa sem bila 20 let šivilja in krojilja. Po poklicu sem tudi dimnikar.

Svoj prosti čas izkoristim za hribolazenje ali pa razvajam svojega vnučka.

Želim si biti dostopna vsem, tako stanovalcem, svojcem kot tudi vsem zaposlenim. Pri meni je vsaka kritika, predlog dobrodošel. Z veseljem prisluhnem vsakomur in ste pri meni, v 1. nadstropju DPU Trzič vsi dobrodošli.





Petra Kajžer, kadrovnica

Sem Petra Kajžer in prihajam iz Kranja. Po izobrazbi sem univerzitetni diplomirani organizator dela, poklicna pot pa mi je prinesla izkušnje na različnih področjih. Rdeča nit je bila vedno delo z ljudmi, ki me od nekda navdušuje in bogati. Odnosi, ki jih spletemo med seboj, so enostavno neprecenljivi in temelj vsega. Hvaležna sem za vsako izkušnjo in priložnost, ki se mi je ponudila. Sem komunikativna, iskrena, optimistična in pozitivna. Rada imam življenje in izzive, ki nam jih življenje prinaša. Niso vsi enostavni, a tisti, ki so najtežji, nas naredijo močnejše. V Domu Petra Uzarja sem se zaposlila konec septembra. Pozitivna energija, ki sem jo začutila ob vstopu v Dom me je enostavno prepričala.

Sem mama navihani dvojici – sinu in hčerki, starima 15 in 10 let. Ljubim morje, potovanja, naše družinske dogodivščine, druženje s prijatelji in koncerte. Na športnem področju sem bila v preteklosti aktivnejša kot danes, sicer pa obožujem smučanje, tenis, plavanje, tek, ples in še marsikaj. Rada se tudi potikam po kuhinji in s kulinaričnimi dobrotami razvijam najbližje. Ko pa najdem čas samo za sebe, se zatopim v knjige.

Katja Terseglav – nova vodja ZNO

.....

Septembra 2022 sem vodenje zdravstvene nege v Domu Petra Uzarja Tržič (v nadaljevanju DPU Tržič) prevzela Katja Terseglav. Vodstvene funkcije ob zaposlitvi v DPU Tržič nisem načrtovala. Tu sem se namreč decembra 2021 zaposlila kot svetovalka v zdravstveni negi z namenom, da bom pozitivno vplivala na kakovost zdravstvene nege v domu.

Kot medicinska sestra se najbolje počutim v izvenkliničnem okolju, to je bodisi v Domu, bodisi na terenu. Imam visoka etična načela, ter sem zagovornik dostojanstvene zdravstvene obravnave, ki upošteva svobodno odločitev posameznika. Najraje delam s starostniki, pomembno mi je, da jim omogočim dostojanstveno jesen življenja, brez nepotrebnega trpljenja. Prav tako pa mi je blizu zdravstvena nega nosečnic, porodnic in otročnic. Magistrirala sem namreč s področja porodnih hiš. Morda se bo komu zdelo malce nenavadno, zakaj svoje poslanstvo vidim v skrbi za ljudi ob začetku ter ob koncu njihovega življenja. Vendar sta si rojstvo in smrt zelo podobna. V obeh primerih, je pomembno, da zagotovimo osnovne človekove pravice. V obeh primerih si ljudje želijo čutiti ljubezen, varnost, občutek da niso sami, obenem pa moramo zagotoviti zasebnost in upoštevati individualne želje. Morda



nekomu takrat največ pomeni, da se mu zaigra določeno pesem, se mu ugasne luč, določeni želijo mir, drugi družbo, itd. Tako pri umiranju, kot pri rojevanju je bistveno, da se prepustimo, oddamo kontrolo in zaupamo naravnemu procesu. Obeh dogodkov znanost še vedno ne more točne napovedati. Na vlogo medicine pri rojstvu ali umiranju pogosto gledam kritično. Menim da so prepogosto medicinsko tehnične intervencije postavljene pred posameznikove osebne želje. Sicer pa sem mama 4 otrok, treh deklic in zelo navihanega 3 letnika. Sem ljubiteljica živali, predvsem konjev in mačk, zato sem v prostem času najraje na konju.

Naše zvezde: KAJA PETELIN

Ne samo v tokratni izdaji Poklona jeseni temveč tudi v domu Petra Uzarja žari naša fizioterapevtka Kaja Petelin. Pri njej naši urni domski kolesarji že zjutraj trenirajo za kolesarke dirke, posede se še tako "zaležan" stanovalec, po njeni obravnavi pa je delo lažje tudi najbolj "zdelanemu" sodelavcu. O tej nasmejani, energični, pozitivni, dobrosrčni, vedno pripravljeni pomagati terapevtki smo zbrali misli njenih sodelavcev:



“ Dobrosrčna, prijazna, energična, inteligentna, strokovna, stanovalci in zaposleni jo imamo zelo radi. Miklavž <3. ”

Manca Bernik, delovna terapevtka

“ Ura še ni niti 7.00 zjutraj, pa Kaja že veselo priklaplja kolesa, da naše najbolj zgodnje stanovalke in stanovalci lahko krepijo svoje telo. Čez dan hodi po oddelkih, dviguje, poseda, spremlja stanovalce pri hoji, pripravlja hodulje, igra v žoga bendu, telovadi... in še mnogo je stvari, ki jih Kaja počne tekom delovnega dne. ”

Kaja je do stanovalcev vedno spoštljiva, strokovna, nasmejana in ničesar ji ni težko narediti. Kadar je potrebno, ob svojem delu z njimi stanovalce tudi posluša in jim namenjuje toplo besedo. Kot sodelavka je iskrena, topla, zanesljiva, realna in vedno pove svoje mnenje na način, da nikogar ne užali in da stvari pove jasno.

Menim, da je s svojo strokovnostjo in odnosom velik doprinos v Domu Petra Uzarja Tržič.

Res sem vesela, da imamo Kajo za sodelavko.”

Katja Frelih, socialna delavka

Naše zvezde: DRAGI KUHAR



Tina Gatej, delovna terapevtka

Ko sem prvič vstopila na enoto Vijolica sem tam zagledala gospo, ki kljub "mladim" letom s ponosom nosi uniformo zaposlenih v DPU, kako skupaj s stanovalci sedi za mizo in prepeva. Kar čutiti je bilo toplino njenega srca, strast in veselje do dela s starostniki. Stanovalci so z nasmehom na obrazu z gospo prepevali, v njihovih in njenih očeh pa so se kresile iskricke sreče. Ta gospa je naša Dragi Kuhar.

Dragi je prostovoljka, tista prava, z dušo in srcem. Predana gospa vsak dan v letu, pa naj bo to praznik ali pa nedelja obišče stanovalce enote Vijolica in z njimi preživlja svoj čas vse od jutra dalje, včasih ostane celo do večera. Dragi je pravo srce enote Vijolica, ob njeni prisotnosti enota dobi poseben čar in težko si predstavljamo enoto brez nje. Radi jo imajo tako stanovalci, kot tudi zaposleni.

Dragi Radi te Imamo!



Upokojili so se

Jože Bukovnik

Svoj izvijač je v kot postavil vsestranski hišnik Jože Bukovnik. Droben gospod z očali, ki je nekaterim poznan tudi izza recepcijskega pulta, že uživa v novih dogodivščinah, predvsem pa se veseli tistih, ki ga čakajo v Indiji.

Med sodelavci smo izbrali nekaj misli o njem:

Bil je načelen, delaven, včasih zelo dober v koketiranju. Ljubitelj potovanj, veliko se je rekreiral in pred vsem na Šiji redno nabiral kondicijo. Včasih pa je znal biti tudi malo muhast.

Majda Srečnik, receptorka

"Joža uživaj v penziji in Indiji!"
Jure Gatej, hišnik

"Ja Joža je bil en tak Rasta man."

Rajko Kerin, kurir



Nirveta Kranjec

Svoj delovni stalež pa je končala tudi gospodinja Nirveta Kranjec. Vsestranska delavka, ki je kariero v DPU začela kot perica, nadaljevala kot strežnica, zaključila pa kot gospodinja. Srčna Nirveta je tako v zadnjih delovnih letih lepšala dneve stanovalcem predvsem na enoti Encijan, kjer je z njimi stkala zelo močne vezi in vrnila radost, smeh in veselje na to enoto.

Med sodelavci smo o njej zbrali nekaj pozitivnih misli:

Dobra in zanesljiva gospodinja.
Halima Pašić, gospodinja

Vsestranska, delala je namreč kot strežnica, perica in gospodinja in bila povsod dobra delavka.

Gordana Radošević, gospodinja

Vedno nasmejana in dobre volje.

Nika Gliha, gospodinja

Vedno za "traparije" in vedno razpoložena.

Mateja Srečnik, gospodinja

Dobra sopotnica in pripravna gospa. Vedno dobro razpoložena.

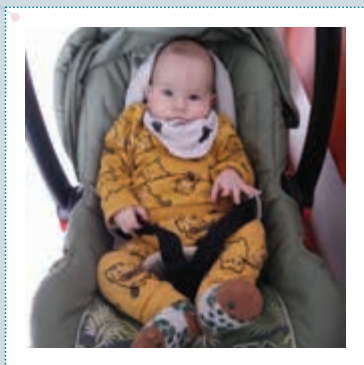
Petar Šimić, gospodinjec



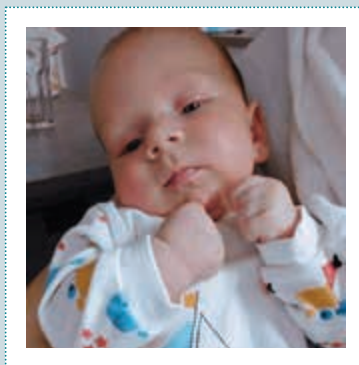
Domski dojenčki



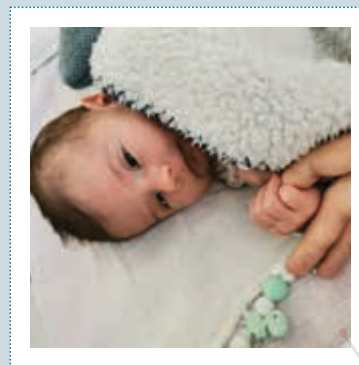
V času nastanjanja nove številke revije je prvi na svet prijoval mali Ardon, ki dneve krajša negovalki Besarti.



Farmaceutski tehničar Niki Torkar in diplomiranemu zdravstveniku Tariku Deniću se je pridružil mali Jaka. Upamo, da se tudi on nekoč zaposli v DPU. :)



Končno pa smo dočakali tudi punčko! V mesecu oktobru je na svet prijovala Aurora, prvorojenka Iris Gradišnik iz tajništva.



POMOČ NA DOMU

Pomoč na domu zopet v prostorih doma Petra Uzarja



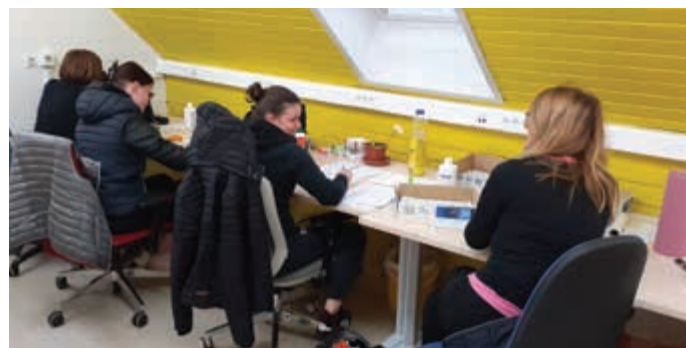
Neža Zaplotnik, vodja in koordinatorka socialne oskrbe na domu

Preden je poletje potrkalo na naša vrata, smo se sodelavci in sodelavke, ki skupaj soustvarjamo storitev socialne pomoči na domu preselili iz prostorov Krajevnega društva Bistrica v prostore Doma Petra Uzarja. Sedaj nas lahko najdete v drugem nadstropju, v bivših prostorih Projekta. Tukaj se sedaj odvija načrtovanje in organiziranje storitev, ob enem pa v skupnih prostorih pomoči na domu vsakodnevno poteka diskusija, pri katerih uporabnikov bi storitev lahko še nadgradili.

Kdor ekipe pomoči na domu še ne pozna, naj mu povem, da ta srčna in delovna skupina šteje devet socialnih oskrbovalk in enega socialnega oskrbovalca. Oni so v največji meri zaslužni, da so starostniki, ki so vključeni v storitev primerno urejeni, naklonijo jim svoj čas, pomagajo pri gospodinskih opravilih, predvsem pa se trudijo, da z uporabniki vzpostavijo zaupen in dober odnos.

V letu 2022 nam v povprečju zaupa 61 družin iz Občine Tržič in Občine Naklo. Pomoč na domu je ena izmed pomembnejših služb, ki starim ljudem pomaga pri kakovostnem bivanju v domačem okolju. Kot ekipa se bomo še naprej trudili, da bodo naše storitve kakovostne in hitro dostopne. Ob enem pa se bomo poskušali vključevati v domače aktivnosti in s tem polepšati dopoldne tudi kateremu izmed vas.

Od poletja dalje delujemo pod isto streho, trudili se bomo, da bomo skupaj pisali in soustvarjali uspešne zgodbe.



Ga. Ivanka in g. Martin, zakonca Eršte



Katja Frelih, socialna delavka in Lea Habjan, študentka socialnega dela

Odločitev za odhod v dom upokojencev je po pripovedovanju več stanovalcev ena od težjih odločitev v življenju. Verjetno je še težje, če živiš doma skupaj s svojim zakoncem in si želiš, da odideta v dom skupaj.

Odločitev za skupen prihod v naš dom sta sprejela tudi prijetna zakonca Eršte, ga. Ivanka in g. Martin. Odločitev za prihod je zorela kar nekaj časa, ves čas pa sta bila odločena, da v dom prideta edino skupaj in istočasno.

V februarju 2022 se je pokazala možnost skupne selitve v dom, tako da sta bila zakonca Eršte v začetku marca 2022 sprejeta v dom Petra Uzarja Tržič.

Ga. Ivanka je Tržičanka, otroštvo je preživela v Preski, ter se kasneje preselila v Pristavo. Kar 35 let je bila zaposlena v tovarni Peko. Iz prvega zakona ima hčerko Andrejo, s katero se vidijo le občasno, saj živi v tujini. Ga. Ivanka pove, da je Marin dober mož.

G. Martin prihaja z Dolenjske iz Šentjerneja, ter se je kasneje preselil v Tržič. Na Dolenjskem je živel na kmetiji, kjer se je tudi izsolal za mizarja. Delal je v podjetju ZLIT. V Tržiču sta se spoznala z ga. Ivanko. Iz prvega zakona je imel g. Martin sina, ki pa je žal že pokojni. Kar nekaj leta sta živela »na koruzi«, potem, ko sta vedela da je to tisto pravo, sta se poročila. Kasneje sta kupila stanovanje na Deteljici. Na Deteljici sta živela do prihoda v dom.



G. Martin pove, da je bila žena dobra kuharica in da je vedno dobro poskrbela zanj.

Ga. Ivanka in g. Martin sta veliko hodila po toplicah, kampirala sta po različnih kampih, tudi v Dubrovniku, ter igrala tenis na igrišču zraven OŠ v Tržiču.

V domu imata svojo sobo. Pravita, da sta se na življenje v domu navadila. Oba rada prebereta časopis, po kosilu rada posedita pred domom. Ga. Ivanka se rada udeleži skupinskih aktivnosti v domu, pomaga pri lupljenju čebule, jabolk, Martin zelo rad pogleda kak šport na televiziji.

Ljubezen

Pesem je nastala na
vajah za spomin

*Ljubezen je lepa stvar,
ko nam ni mar za denar,
pa vendar ima svoj čar.
Ljubezen je bila,
ljubezen še bo,
ko mene in tebe na svetu več ne bo.*

Tudi tako se pletejo prijateljstva



Mateja Matoh Vozelj, animatorka



Pred kratkim je gospa Minka izrazila željo, da bi se naučila kvačkanja in pletenja. Za primerno učiteljico sva izbrali gospo Lojzko. Le ta veliko plete in v veselje ji je bilo, da sva z gospo Minko izbrali njo. Svojega poslanstva se je gospa Lojzka lotila kar se da resno. Gospa Minka pa je zavzeto poslušala, gledala in poizkušala. Tako sedaj skupaj pleteta in preživljata prosti čas. Gospa Lojzka plete tople nogavice, gospa Minka pa pravi, da ji bo do novega leta uspelo splesti topel in zelo dolg šal. Verjamem, da ji bo uspelo. Kar pa se mi zdi še bolj pomembno je to, da skupaj kvalitetno preživljata svoj prosti čas in iz sobe pa je slišati prijeten smeh.

Stanovalci se predstavijo

ga. Bogomira Škrli

Sem Tržičanka, končala sem srednjo ekonomsko šolo, službovala sem na občini Tržič na davčni upravi, kasneje pa na notranji upravi, kot knjigovodja.

Zgradili smo si hišo v Snakovem – Križe, tam smo živeli 45 let, nato pa je moža doletel srčni infarkt in postala sem vdova. Ostala sem sama, ker hči živi v Ljubljani. Postarala sem se in nisem več mogla skrbeti za hišo. Preselila sem se v dom, hišo pa smo prodali.

Tukaj v domu sem že dobri dve leti, zaenkrat se počutim dobro, kako bo pa naprej, bomo pa videli, kaj nam bo prinesla usoda.



ga. Marija Leben



Katja Justin, animatorka

Sem Marija Leben, prihajam iz Celja, kasneje sem se preselila v Ljubljano. Osnovno šolo sem obiskovala v Celju. V šolo sem hodila z prijateljicami, pot do tja ni bila dolga. Po končani osnovni šoli sem morala poprijeti za delo in vse življenje do upokojitve delala kot tkalka.

Imam sina Dušana in vnuka Tadeja, ki je že odrasel fant. Doma sem imela njivo, kasneje vrt, kjer sem gojila vrtnine, ki so mi kar fino uspevale in sem jih tudi vlagala. Rada sem kuhala enolončnice in jedi kjer se je porabila zelenjava iz vrta. Rada sem tudi pekla, saj je bil sin Dušan sladkosneden, naredila sem razna peciva, največkrat pa jabolčni štrudelj.

Imam še eno sestro Jožico, ki je stara 100 let, jaz pa sem letnik 1941 in mi gredo leta kar gor. Tukaj v domu mi je všeč in se počutim dobro.



Kaj mi predstavljata dobra frizura in obisk frizerja



V domskem frizerskem salonu je vedno gneča,

kajti urejena frizura res je sreča.

Vrsta je običajno že pred vrati, prav prijetno je tudi s frizerko Franko pokramljati.

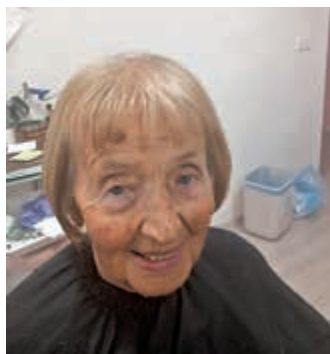
Frizerka Franka je s stanovalkami kramljala o tem kaj jim pomenita lepa in urejena frizura in obisk frizerja:

Suzana Zibler: "Ne samo obleka, tudi frizura naredi človeka."

Nada Keršič: "Z novo frizuro se rajši pogledaš v ogledalo."



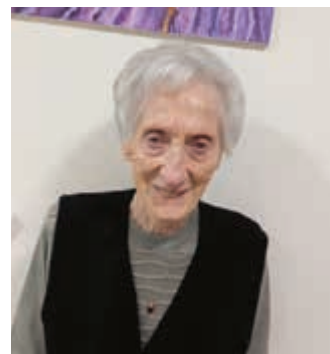
Ludovika Faganeli Rozman: "K frizerju grem, da se malo polepšam."



Frančiška Markič: "Zelo lepo se mi zdi, če je frizura lepa."



Cecilija Olga Šemrl: "Frizura mi predstavlja lepoto, dobro voljo in zadovoljstvo, obisk frizerja pa pomeni prijeten pogovor s frizerko."



Zorislava Ahačič: "Tako boljše izgledaš, če imaš dobro frizuro."

Jesenski izlet na Jezersko



Nada Keršič, stanovalka enote Tržič



Na izlet se peljemo, vsi dobre volje smo.

Ovinke kot za šalo režemo in na Jezerskem se ustavimo.

Na terasi ob jezeru se posedemo,

nakar z kremno rezino in čajem nas postrežejo.

Tukaj je res zelo lepo, vsi se strinjamo.

Naj takih izletov še veliko bo, si želimo vsi zelo.

Vse najboljše



Ana Škantar 90



Marija Aljozija Zdražnik 90



Marjeta Kozar 80



Zorislava Ahačič 100



Milena Tomažič 80



Jožefa Istenič 80

Zora praznuje častitljivih 100 let



Karmen Klančnik Pobežin, animatorka

Gospa Zorislava Ahačič je v četrtek, 20. 10. 2022 dopolnila svojih častitljivih 100 let. Zora, kakor jo kličemo zaposleni in svojci, v domu živi že tri leta, pred tem pa je 25 let živela s svojim nečakom Ferdom ter njegovo ženo Ireno, s katerima je zelo povezana in jo pogosto obiščeta v domu. Zora je bila zaposlena v tržiški predilnici in tkalnici, najprej kot obračunovalka osebnih dohodkov, nato pa kot vodja izplačilne pisarne. Ko smo ji na galeriji pripravljali prostor za slavlje, so mimoidoči stanovalci spraševali, kaj se bo danes tukaj dogajalo. Povedali smo, da naša stanovalka, gospa Zora praznuje svojo 100 letnico. Odzvali so se polni pozitivnega zavidevanja in čestitk, nekateri pa so se spomnili, da je bila to njihova zlata vodja iz predilnice.



Pred začetkom slavlja, smo gospo peljali v domski park, kjer smo skupaj, v poklon stoti obletnici posadili Lipo. Nadaljnega slavljenja na galeriji so se udeležili Zorini bližnji družinski člani, direktor doma Domen Rakovec, podžupan Dušan Bodlaj, predsednica DU Darja Ahačič, predstavница DU Marina Berlot, stanovalci z njenega oddelka Vijolica ter nekateri zaposleni. Pridružil se je tudi domski pevski zbor Slavčki z Zdravko in Branetom Klančnikom na čelu, ki so praznovanje začeli s pesmijo »Kam le čas beži«. Kasneje se je tudi Zora pridružila pevskeму zboru, saj je tudi sama pevka, razveselila pa se je tudi torte velikanke.



Sosedje, z roko v roki



Manica Torkar, vzgojiteljica v vrtcu Mlinček

Ne vem, kaj natanko je imela v mislih Betty Friedan, ko je dejala, da starost ni izgubljena mladost, toda novo obdobje priložnosti in moči. Kaj pa se ob tej misli plete v naših mislih? Predvsem to, da imamo zares srečo, da smo vaši sosede. Srečo, da lahko skupaj z našimi otroki ob vas raziskujemo priložnosti za nova znanja, doživetja... Srečo, da imamo možnost deliti z vami veselje ob zapeti pesmi, ponos ob skupaj ustvarjenem izdelku, da si stisnemo roko ob doseženem cilju...

Otroci se ob pričakovanju druženja z vami veselijo in zavzeto »trenirajo«. Verjetno so prav naša srečanja z vami velikokrat inspiracija k pogovoru o sobivanju. Zares je lepo, ko vidimo, kako se zadržanost ob vsakem srečanju bolj umakne sproščenosti, odprtosti, sočutju... In kako spretno otroci vse to uporabljajo vsak dan. Tudi, ko so sami, s sovrstniki.

Prav danes so zavzeto nabirali naravni material, ko sva omenili, da dobimo

jutri obiske, da pričakujemo vas, stanovalce Doma starejših občanov iz Nakla. Veselimo se jutrišnjega in čisto vsakega naslednjega druženja z vami, ker nam iskrica v vaših očeh polepša še tako turoben dan.

»Smeh je brezčasen. Domišljija nima let. In sanje so večne.« Walt Disney



Izlet stanovalcev na Jezersko



Katja Justin, animatorka

Sredi meseca septembra smo se s stanovalci enote Tržič odpravili na izlet.

Prijav za izlet je bilo veliko, tako da smo poleg avtobusa, prilagojenega za invalidske vozičke, najeli še kombi, ter se odpeljali proti Jezerskem. Upali smo, da nas bo tam pričakalo sonce, a nam žal vreme ni bilo naklonjeno. Kljub oblačnemu vremenu z malce vetra, smo se v gostišču ob Planšarskem jezeru, pogreli z vročim čajem ali kavo ter posladkali s kremno rezino. Po okrepčilu in klepetu smo hoteli okoli jezera, a ker peš pot ni



bila urejena, smo odšli peš do cerkve Sv. Andreja. Ogled cerkve žal ni bil mogoč, ker je bila zaklenjena, smo si pa ogledali zunanost in okolico, ter gore, ki so se skrivale v oblakih.

Polni lepih spominov in dobre volje, smo se nato vrnili v dom, kjer nas je čakalo kosilo.

V mesecu Juniju smo izvedli tradicionalni izlet na Brezje in Bled, ter še dodatni izlet na Šobec.

Kostanjev piknik



Katja Justin, animatorka

Sredi meseca oktobra smo v domu izvedli tradicionalni kostanjev piknik. Šef kuhinje Matic je že zjutraj pričel s pripravo, saj je za peko kostanja potrebna žerjavica, ki potrebuje kar nekaj časa, da se naredi.

Ves dopoldan je pekel kostanj šef Matic, v kuhinji pa so ostale kuharice pripravljale kuhan kostanj. Stanovalce smo ob 10 uri pripeljali v zunanji park pred dom, kjer smo jim v tulcih postregli s pečenim ali kuhanim kostanjem ter moštom. Tulce, v katerih je bil postrežen kostanj, so stanovalci izdelali na oddelkih. Na piknik smo povabili tudi svojce stanovalcev, ki so se našemu vabilu številno odzvali, kar nas zelo veseli, saj smo se tako lahko družili vsi skupaj. Za živo glas-

bo je poskrbel Duo Frenky, ki je igral in prepeval pesmi, ki jih poznajo tudi stanovalci in tako smo prepevali vsi skupaj. Za popestritev dneva in dogodka, smo se tudi zavrteli ob zvokih narodno zabavne glasbe.

Skupaj smo preživeli eno lepo dopoldne, v družbi svojcev, zaposlenih in dobre glasbe.



Plešem, pojem, igram in se skupaj z vami veselo imam: Folklorna skupina DU Naklo



Veronika Abruč, FSDU Naklo

V mesecu novembru leta 1996 se je rodila naša skupina – Folklorna skupina DU Naklo, tako da delujemo že 26. leto. Čeprav smo že lansko leto pridno delali in se pripravljali na praznovanje četrto stoletnice obstoja, smo morali le tega, zaradi znanih razmer, prestaviti na mesec maj 2022. Letos, 28. maja, smo svoj jubilej – praznovanje 25. obletnice obstoja FS zaokrožili s prireditvijo Plešem, pojem, igram in se skupaj z vami veselo imam. Zaplesali smo tri splete. Za otvoritev smo se zavrteli ob zvokih Prekmurske glasbe, nato pa smo zaplesali še Koroški splet, katerih avtor je mag. Andrej Košič ter za konec še novejši splet Bahav godec, katerega avtor je Tadej Teran. Kar nekaj skladb je zaigrala tudi skupina Rokovnjači. Povabljeni so bili tudi drugi nastopajoči, med njimi mladi folklorniki FS Podkuca, orgličarji, FS Cerklje in njihovi Gavnarji. Prireditev sta povezovala g. Jože Mohorič in nekdanja plesalka ga. Milena Zupan, ki je zelo lepo uspela.

Kljub velikim pripravam na okrogli jubilej, smo si vedno vzeli čas za naše varovance v Domu starejših občanov Naklo. Obiskali smo jih tudi dvakrat mesečno. Svoje poslanstvo smo prilagajali nivoju števila okužb oz. nihanju moči nove bolezni. V prvi tretjini leta je nastopala le skupina godbenikov imenovanih Rokovnjači z manjšo

skupino pevcev. S svojo instrumentalno glasbo in ljudskimi pesmimi smo v dobro voljo spravljali najstarejše občane, ki so bili zaradi naraščanja števila okužb in omejitve obiskov najbolj prizadeti in osamljeni. Kljub nizkim temperaturam smo igrali in peli zunaj na terasi, njihovi stanovalci so nas skozi stekleno steno lahko videli in s pomočjo ozvočenja tudi poslušali. Ko so dnevi postali toplejši, smo svoje nastope predstavili na vhodno stran doma in v svoj program uvrstili tudi plesne koreografije. Ko so razmere glede virusa postale bolj znosne, smo se dobivali tudi v avli doma. Z veseljem smo zapeli slavljencem za njihove rojstne dneve, za okrogle obletnice in kar tako, za vsak dan, za polepšanje in popestritev dopoldneva.

Plesalci, godci in pevci vedno uživamo v druženju z vami, saj ste najbolj čudovito občinstvo. Veseli smo, da lahko s svojim prostovoljstvom priključimo na vaše obraze srečne nasmehe, da vaše roke ploskajo v ritmu znanih melodij, da se v vaših očeh zasvetijo solze sreče. Veseli smo vaših stiskov rok in toplih besed “pa čimprej zopet pridite”. Seveda pridemo, z veseljem se odzovemo vsakemu povabilu.

Sreče in zdravja vam iz srca želi Folklorna skupina DU Naklo.



1. Oktober – mednarodni dan starejših



Karmen Klančnik Pobežin, animatorka



Prvega oktobra obeležujemo mednarodni dan starejših, dan ko v našem domu še posebej pocrkljamo naše stanovalce.

Zame osebno to niso »starine«, so zaklad znanja, izkušenj in modrosti. Ko stanovalci potožijo, da so stari in zgubani, jim vedno rečem, da smo vsi enako stari, le v različnem časovnem obdobju. Sožitje med starejšimi in mlajšimi generacijami ter pozitiven odnos do starosti nas pripelje do kakovostnega staranja. Prvega se moramo zavedati predvsem mi, zaposleni, kakor tudi svojci, njihovi sinovi ter vnuki, vsi, ki se trudimo stanovalcem omogočati kakovostno starost v domu, ki je kot ogromna hiša velike družine. Da lahko v miru funkcioniramo, moramo delovati vzajemno, sočutno, spoštljivo. Tako vsaj malo pripomoremo k pozitivnemu odnosu do starosti

posameznika, v veliki meri pa mora starostnik poskušati sprejemati starost sam pri sebi, ter se truditi prilagajati.

Starejšim na čast smo kot vsako leto poprej, v sredo, 5. 10. 2022, organizirali prireditev. Povabili smo pevski zbor Društva upokojencev Tržič, saj vemo, da naši stanovalci radi poslušajo lepe melodije in ob tem tudi sami zapojejo. Vrtec Deteljica nam je s petjem ter plesom prinesel kanček otroške radosti, plesalke iz Plesnega kluba Tržič pa nekaj energičnosti in poskočnosti. Prireditev sta zapolnili Marina Berlot, predstavnica Društva upokojencev, ki je v naša srca vlila nekaj res lepih besed, ter Manca Bernik, ki je namesto direktorja stanovalcem zaželela lep dan ter prireditev zaokrožila s citatom.

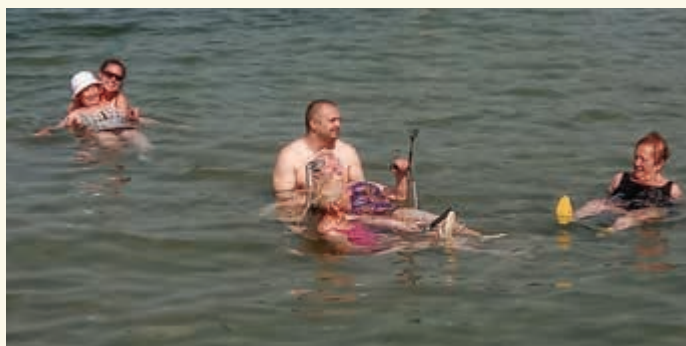
Izlet na morje stanovalcev enote Naklo



David Đuran, fizioterapevt

26. junija 2022 se je ekipa zaposlenih DPU Tržič iz enote Naklo, skupaj s stanovalci odpravila na izlet na slovensko obalo.

Med vsakodnevnimi terapijami, so me kar tri stanovalke celo leto prosile za to. Opogumljen zaradi uspešnega izleta okoli tridesetih stanoval-



cev na Brezje in Bled, sem direktorja, g. Domna Rakovca na tiskem sestanku prosil za dovoljenje in ga takoj dobil. Sledil je posvet z višjima medicinskima sestrama, Simono Žen in Snežano Nuždić o dolžini izleta in številu stanovalcev. Seznam sta mi zaradi zdravstvenih tveganj precej zreducirali. Na koncu je na seznamu ostalo šest hodnih stanovalk, katere smo spremljali animatorka Mateja Matoh Vozelj, medicinski tehnik Blaž Volčanšek in jaz, ki sem bil ob enem tudi voznik najetega kombija. Ker sem poznal slovensko obalo, sem se odločil za naslednji scenarij.

Kopali naj bi se na plaži v Valdoltri v Ankaranu, ker ima ta plaža lepo urejen dostop in peščeno dno. Sledilo bi kosilo v piceriji Godina, prav tako v Ankaranu, nato obisk sladoledarne v Kopru, kjer imajo enega najboljših sladoledov v Sloveniji. Na koncu pa bi sledil obisk akvarija v Piranu. Načrt sem predal animatorki Mateji, ki je poskrbela za



vso logistiko (kosilo, vstopnice za piranski akvarij, najem kombija, finance, gorivo, malico, kavo in ostalo).

Izlet je bil zelo uspešen. Stanovalke so bile srečne, saj so po več letih znova plavale in se kopale v morju. Tudi ostali del načrta je šel po planu. V dom smo se vrnili se okoli 19:00 ure, kjer nas je čakala večerja. Stanovalke so izrazile željo po ponovitvi izleta naslednje leto.

Sladoledni dnevi



Katja Justin, animatorka



Julija in avgusta smo v domu izvajali sladoledni dan. Vsak četrtek v mesecu smo en oddelek stanovalcev odpeljali na sladoled.

Terapevtke so skrbno pripravile seznam, kdo od stanovalcev gre lahko peš ali s hoduljo, ostale stanovalce pa smo s pomočjo društva ZŠAM, svojcev in ostalih zaposlenih v domu peljali na invalidskih vozičkih. Iz doma smo krenili proti slaščičarni Bistrica, na poti smo dvakrat prečkali prehod za pešce, kjer se je za nekaj minut ustavil promet, saj smo hodili v strnjeni koloni. Vsi



vozniki so bili strpni, na poti do slaščičarne pa so nas pozdravili tudi otroci vrtca Deteljica. Zadnji obisk slaščičarne, kjer so si stanovalci lahko izbrali kepico sladoleda, sok ali kavo smo zaključili zadnji dan v avgustu.

Stanovalci so bili hvaležni za lep izlet, opazovali so okolico, pozdravljali mimoidoče, nekateri celo srečali znance, poklepetali med seboj in z nami ter se še posladkali in ohladili z zelo dobrim sladoledom.

Oddelčni pikniki



Karmen Klančnik Pobežin, animatorka

Kdo si ne bi enkrat za spremembo zaželel pravega piknik kosila, zunaj, ob prijetnih temperaturah, glasbi in družbi? Tudi sami si doma s prijatelji večkrat pripravimo piknik ob žaru, tako kot so to verjetno počeli naši stanovalci, ko so stanovali doma. V zgodnjem poletju smo vsak četrtek organizirali tak piknik za vsak oddelek. Šef kuhinje ali kuharica sta nam že dopoldne, ko sta pripravljala žar, naredila »lušte« in nas z okusnim vonjem privabila ven v naš park, kjer so

stanovalce pričakale lepo pogrnjene in okrašene mize, ki so jih pripravile naše gospodinje. Žgoče sonce so hišniki nekoliko zastrli s senčniki in tendo. Da smo se imeli res lepo, smo stanovalce povprašali po glasbenih željah, ki smo jih vrteli po zvočniku in piknik se je lahko pričel. Uživali smo ob različnih, čevapčičih, okusnem pečenem krompirju, osvežilni zeleni solati ali pesi, na koncu pa smo si privoščili še sladoled. Beseda je stekla, pripovedovali smo si zgodbe, prigode ali kakšno zapeli.



Sivkine vrečke



Katja Justin, animatorka

Mesec avgust ni samo poletni mesec, je tudi mesec v katerem prevlada vonj sivke.

Na oddelkih smo zato izdelovali sivkine vrečke, delavnica izdelave le teh pa je bila tudi na galeriji. Sivko je bilo potrebno nabrati, narezati, zašiti vrečke, narezati trakove, uporabili smo tudi servete iz katerih smo izrezali natisnjene cvetove sivke in jih nato plastificirali. V plastificiran cvet smo nato naredili luknjico za trak. Ko je bilo vse to pripravljeno smo v vrečke dali nekaj vejic sivke, zavezali s trakom skozi katerega smo dali plastificiran cvet in zavezali. Vrečke so nekateri stanovalci dekorirali tudi s poletno dekoracijo ali pa nanjo prišili gumb.

Vrečke sivke imajo zdaj stanovalci v svoji omari, kjer vrečka služi svojemu namenu – oddaja vonj in odganja molje.



Piknik



Eva Bizjak, gospodinja in Emina Hadžič, negovalka



V sredo 21. septembra smo se družili na pikniku, ki je potekal na vrtu enote Naklo. Po uvodnem pozdravu vodje enote, direktorja ter župana občine Naklo je za dobro voljo poskrbel Absolut Band.

Organizirali smo tudi srečelov ter s stanovalci pripravljali sladke dobrote. Pripravili smo linške oči, orehove rogljičke. Zadnji dan pa smo se lotili še peke potic. Pripravili smo orehovo, pehtranovo ter prvič podbreško. To je potica, nadevana s suhimi jabolčni krhlji.

Na pikniku smo zares uživali, zato bi se radi zahvalili vsem sodelujočim za trud, vsem sponzorjem, ki so prispevali lepe nagrade za srečelov. Občini Naklo za klopi in stojnico, PGD Naklo za vojaški šotor in okrogle mize.

Sladka razvajanja



Karmen Klančnik Pobežin, animatorka

Preden so v kuhinji pričeli s prenovo, smo našim kuharjem in kuharicam pomagali pri grobi pripravi hrane. Vsak ponedeljek smo se zbrali v jedilnici, kjer so nam pripravili polna vedra čebule, česna ali jabolka, ki jih je bilo treba olupiti, včasih tudi razrezati. Stanovalci so pri tem uživali, aktivnosti pa so ob pogovoru, pripovedovanju vicev, prepevanjem ali poslušanju glasbe hitro minile. S tem namenom sva se animatorki odločili, da v času prenove kuhinje, ko taka pomoč ni prišla prav, stanovalcem pripraviva sladka razvajanja. Na galeriji sva pripravili »stojnico«, kjer sva pripravili enkrat sadno kupo, naslednjič

tiramisu, potem dva različna smutija, najbolj pa sva stanovalce razveselili s palačinkami z marmeladnim ali čokoladnim nadevom. Seveda so se stanovalci z veseljem pridružili in pomagali pri rezanju in lupljenju sadja, mešanju mase in podobnem. Ob tem ni manjkala dobra glasba po želji stanovalcev, sladkemu razvajanju pa so se pridružili tudi zaposleni.



Nemščina z gospo Boženo



Božena Robek, Stanovalka enote Tržič

V nemškem jeziku pred samostalnikom stoji:

- določni člen: DER, DIE, DAS
- nedoločni člen: EIN, EINE, EIN

Določni člen določa spol samostalnika, zato si besede zapomnimo vedno skupaj z določnim členom.

DER = ER / ON

DIE = SIE / ONA

DAS = ES / ONO

Der Vater

Die Frau

Das Kind

Kadar prvič govorimo o osebi ali stvari uporabimo nedoločni člen.

EIN – ER / EN

EINE – SIE / ENA

EIN – ES / ENO



Zanikaj:

Ein Vater ist hier. Der Vater ist nicht hier. _____ ist _____.	hier / tukaj dort / tam
Eine Mutter ist alt. Die Mutter ist nicht alt. _____ ist _____.	alt / star jung / mlad
Ein Kind ist krank. Das Kind ist nicht krank. _____ ist _____.	krank / bolan gesund / zdrav
Ein Hund ist gelb. Der Hund ist nicht gelb. Er ist _____.	gelb / rumen braun / rjav
Eine Frau ist nicht böse. Die Frau ist nicht böse. Sie ist _____.	böse / hudoben gut / dober
Ein Haus ist neu. Das haus ist nicht nau. Es ist _____.	neu / nov alt / star
Ein Tisch ist gross. Der Tisch ist nicht gross. Er ist _____.	gross / velik klein / majhen

Vaje za koncentracijo in spomin



Manca Bernik, Delovna terapevtka

- **Napišite 5 besed, ki imajo najmanj 8 črk.**

Besede napišite z malimi tiskanimi črkami.

Besede zapišite v obratnem vrstnem redu.

Besede napišite z velikimi tiskanimi črkami.

• POMNENJE BESEDILA

Pred vami je besedilo. Vaša naloga je, da ga preberete čim natančneje, nato pa poskusite odgovoriti na vprašanja, ki sledijo v nadaljevanju. Vprašanja so odprtega tipa (odgovor napišete sami) in izbirnega tipa (odgovor izberete med več možnostmi).

Vsako soboto v mesecu juniju ob 17. uri so se v manjšem kraju, od Maribora oddaljenem 55 kilometrov, zbrali otroci, ki so obiskovali osmi razred osnovne šole. Namen druženja je bila priprava na vaški festival, ki je potekal vsako leto prvi ponedeljek v mesecu juliju. Vsak od otrok naj bi pripravil točko za nastop, zbran denar od vstopnin pa je bil namenjen tistim sošolkam in sošolcem, katerih manj premožni starši si ne bi mogli privoščiti tridnevnega končnega izleta ob zaključku osnovne šole. Tako so pomagali več kot 50 otrokom. Tovrstni festival so prvič pripravili leta 2005, a so se zaradi njegovega velikega učinka odločili, da ga bodo prirejali vsako leto. Izjema je bilo le leto 2008, ko je kraj doletelo tako hudo neurje, da jim je uničilo električno napeljavo. Sedaj je festival že prava tradicija, število obiskovalcev pa iz leta v leto narašča. 4. julija 2011 se je festivala udeležil celo sam predsednik države, večkrat so na pomoč priskočile tudi nekatere znane glasbene skupine iz Slovenije. Letos nameravajo povabiti filmsko ekipo znane slovenske serije in močno si želijo, da bodo vabilo sprejeli.

1. Kje poteka festival?

6. Katerega leta festivala zaradi naravne nesreče niso priredili?

2. Katerega leta so prvič izvedli festival?

7. Kdo je bil najpomembnejši gost festivala?

3. Kdo so glavni nastopajoči na festivalu?

8. Za katero naravno nesrečo je šlo?

4. Čemu je vsako leto namenjen izkupiček?

- a) potres
- b) poplava
- c) neurje
- d) požar zaradi strele

5. Na kakšen način zbirajo denar?

- a) s prostovoljnimi prispevki
- b) z vstopninami
- c) tega podatka ni v zgodbi

9. Koga nameravajo povabiti na letošnji festival?

Vaje za zdravo hrbtenico, ki jih lahko izvajamo v pisarnah in ostalih prostorih vsakdanjega življenja



David Đurin, fizioterapevt

Statistika kaže, da se več kot 80 odstotkov odraslih prebivalcev zahodnega sveta vsaj enkrat v življenju sreča s kronično bolečino v križu. Zelo velik odstotek bolečine se pojavlja tudi v vratnem delu hrbtenice. Nekoliko manj, pa vendar znaten je odstotek bolečin pa tudi v prsnem delu hrbtenice. Sedeči življenjski slog, nepravilna drža pri vsakdanjih opravilih, zlasti pri gibih dvigovanja, puščajo posledice v obliki obrab, skrajšanih mišic in ostalih degenerativnih sprememb v hrbtenici. Pri populaciji katero zastopajo predstavniki tretjega življenjskega obdobja lahko temu dodamo tudi izgubo mišične mase, ki se na vsakih 10 let življenja zniža za nekaj odstotkov. Vse to ima za posledico bolečine v hrbtu in posledično znižanje splošne kakovosti življenja. Zato je redna vadba za moč (vsak 2. dan) in gibljivost (vsak dan) zelo pomembna za znižanje ali odpravljanje bolečin, kot tudi za preventivo.

V nadaljevanju vam bomo predstavili vadbeni program, katerega lahko izvajate v svojih vsakodnevnih prostorih.

• VAJA ZA KRIŽ - VLEKA TREBUHA VASE

Z močjo mišic, ne z vdihom, potegnemo trebuh vase, kolikor se da. Ta položaj zadržimo 30s.

Odmor je dolg 1 minuto. Ponovimo 3x.

• ODRIV KOLEN:

Položimo dlani na kolena in jih vanje močno pritisnemo. Zadržujemo 30s.

Pavza je dolga 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.



• RAZTEZNA VAJA ZA KRIŽ-ODRIV OD STEGEN:

Naslonimo se na zid in se nagnemo naprej. Z iztegnjenima rokama se z dlanmi naslonimo na stegna, čim višje. Odrinemo se od stegen navzgor in s tem sprostimo križ.

Počivamo 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.

• STOJA NA PESTEH:

Sede na stolu se dvignemo z iztegnjenima rokama, kolikor se da. Zadržimo 30s. Nogi sta v zraku ali na tleh. Čim več teže poskušamo prenesti na roke.

Počivamo 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.

• VLEK RAM NAVZGOR:

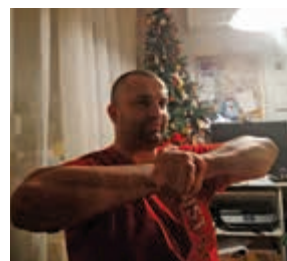
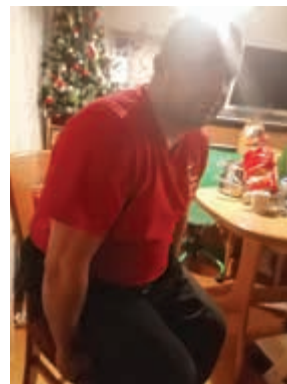
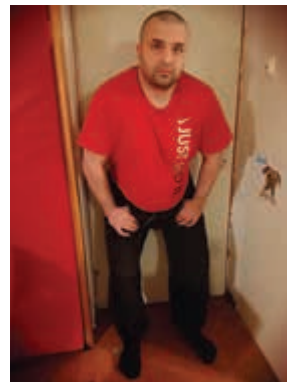
Primemo se za spodnji rob stola. Rami potegnemo močno navzgor. Posledično nas sila še bolj prilepi za stol. Vzdržujemo položaj 3s.

Počivamo 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.

• VLEK ROK NARAZEN:

Odročimo in upognemo roke v komolcih navznoter. Primemo se za prste in potegnemo roki narazen. Vlečemo na vso moč 30s.

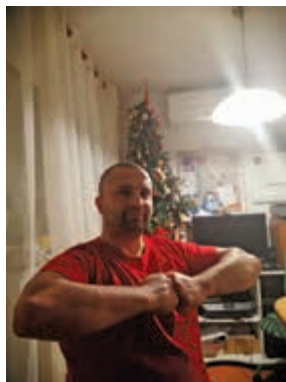
Počivamo 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.



- **POTISK PESTI SKUPAJ:**

Odročimo in upognemo roke v komolcih navznoter. Naredimo pesti in ju pritisnemo drugo ob drugo. 3os izvajamo maksimalni pritisk.

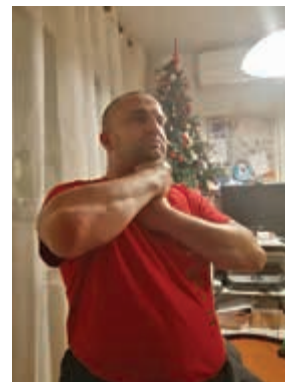
Počivamo 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.



Počivamo 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.

- **IZTEG VRATU:**

Glava gre nazaj, roke, katerim smo prepletli prste pa jo pri tem ovirajo, ker jo potiskajo naprej. Nastane maksimalni pritisk, ki ga vzdržujemo 3os.



Počivamo 1 minuto. Vajo ponovimo 3x.

- **UPOGIB VRATU:**

Naredimo 2 pesti. Eno položim na prsnico, drugo pa na prvo pest. Na vrh druge pesti položimo brado. 3os močno pritiskamo z brado navzdol, na obe pesti.

Starejši z demenco na Nizozemskem



Lara Logar, vodja enote Naklo



Na Nizozemskem v bližini Amsterdama je vas, ki se imenuje »Hogeway village«. V tej vasi živi 152 ljudi, ki imajo hudo demenco, zanje pa skrbi 250 usposobljenih delavcev in prostovoljcev.

V vasi je pomembno, da se ljudje počutijo kot doma. Okolje predstavljajo predmeti, ki so jim znani, ljubljeni. Prebivalci vasi pa so po združenju z ljudmi, ki imajo podobne vrednote, ozadja in interese.

Namen vasi je, da ljudje ostanejo aktivni. Čeprav ljudje, ki živijo v vasi, ne morejo zapustiti mesta, se lahko prosto gibljejo skozi vas.

Vas je dvonadstropna, vendar so dvigala z

vgrajenimi senzorji, ki samodejno zaznajo ljudi, ki čakajo na dvigala.

Vas ima 25 »klubov«, ki nudijo različne aktivnosti, od plesa do peke, branja, slikanja, kolesarjenja. Domovi pa so razvrščeni v sedem različnih tem življenjskega sloga, kot so na primer: obrt, kultura, vera, idr... S tem naj bi stanovalcem omogočili življenje, ki spominja na njihova pretekla leta. V naselju so na voljo trgovina z živili, frizer in kavarna. To naj bi ljudem, ki živijo tam, prineslo občutek normalnosti. Vsi objekti so vodeni, kot bi bili v širši skupnosti in vse osebje je zelo usposobljeno za obravnavanje ljudi s hudo demenco. Vas je financirana s strani države in je razmeroma cenovno dostopna.



Atomski štrudelj



Nevenka Kojić, stanovalka enote Tržič



Sestavine:

- 1 jogurtov lonček zdroba
- 1/2 jogurtovega lončka moke
- 1/2 jogurtovega lončka sladkorja
- 1 vaniljev sladkor
- 1/2 pecilnega praška
- 4 jabolka + cimet
- 1 lonček kisle smetane
- 2 jajci

Priprava:

Zmešamo suhe sestavine in jih razdelimo na dva dela. V namaščen pekač vsujemo 1/2 suhih sestavin, po vrhu dodamo polovico naribanih jabolk (neožetih) zmešanih s cimetom. Postopek ponovimo še enkrat. Po vrhu dodamo razžvrkljani jajci zmešani s kisló smetano. Pečemo 20 min na 200 stopinj celzija.

Dober tek.

Kvašeni rogljički (v velikosti dlani)



Marija Rozman, stanovalka enote Naklo

Sestavine:

- 1 kg moke
- 4 dcl olja
- 1,5 kocke kvasa
- 4-5 žlic sladkorja
- 5-6 rumenjakov
- večji ščep soli
- 6dcl mleka
- marelična marmelada, ki ne teče za nadev

Priprava:

V skledo najprej presejemo moko, na štedilniku, v kozici pa rahlo segrejemo mleko, da bo mlačno. Pazimo, da ne bo vroče, saj bo prevroče mleko uničilo kvasovke. K presejani moki dodamo vse preostale sestavine: suh kvas, žličko sladkorja, vaniljev sladkor, 2 žlici olja in 1/4 žličke soli ter mleko. S pomočjo žlice vse skupaj ročno premešamo in mešamo tako dolgo, da dobimo kepo testa (testo je malce lepljivo, a mora lepo odstopati od sten skled). Z rokami še malo na hitro pregnetemo (kar v skledi), nato skledo s testom pokrijemo s kuhinjsko krpo in pustimo, da testo vzhaja približno pol ure (toliko, da se volumen podvoji). Po tem času testo stresemo na delovno površino, ki smo jo pomokali in s pomokanim valjarjem testo razvaljamo na debelino okoli 2-3 milimetre v obliki kroga. Dobljen krog nato najprej prerežemo po dolgem in počez, tako, da ga razdelimo na 4 (približno) enake dele in dobimo 4 trikotnike. Vsak del nato prerežemo še enkrat, da dobimo 8 trikotnikov, ki jih ponovno vsakega prerežemo po polovici, da na koncu dobimo 16 trikotnikov. Pripravimo si pekač, ki ga

obložimo s papirjem za peko in nadev, ki ga bomo uporabili, npr. domača marelična marmelada, ki je bolj trda. Na vsak trikotnik, na njegov najširši del položimo malo nadeva (cca. 1 čajno žličko). Lahko jih pustimo tudi brez nadeva. Sedaj zvijemo rogljičke tako, da jih zvijemo od širšega dela proti notranjem. Konce lahko malo stisnemo skupaj, da nadev ne bi med peko ušel, rogljičke pa polagamo na pekač. Nadev lahko tudi »objamemo« s širokim delom testa, da nadev »zapremo« v testo in zvijemo v rogljiček kot sicer. Ko smo oblikovali vse kvašene rogljičke, pekač z njimi pokrijemo s kuhinjsko krpo in jih ponovno pustimo vzhajati (20-30 minut), nato jih, tik preden jih damo v pečico, premažemo z mlekom (sobne temperature) in pečemo 15 minut v predhodno ogreti pečici, na 180 °C (ventilacija). Pečene pustimo na pekaču, da se malo ohladijo. Nato pa jih, po želji, posujemo s sladkorjem v prahu in postrežemo.



Orehova potica



Marija Rozman, Stanovalka enote Naklo



Sestavine:

kvasec

- 1,5 kocke kvasa
- 0,5 dl mlačnega mleka
- 1 žlica moke
- 1 žlica sladkorja

nadev

- 1 kg mletih orehov
- 2,5 dl sladke smetane
- 1 vrečka vaniljevega sladkorja
- sladkor po okusu
- mleti cimet po okusu
- 4 beljaki
- rozine dodamo po želji in okusu
- 1 žlica ruma

Premaz

- 1 jajce
- 4 žlice mleka

Testo

- 1 kg moke
- 1 žlička soli
- 7 dag sladkorja
- 8 dag masla
- 0,5l mleka
- 5 rumenjakov
- drobno naribana limonina lupinica

Postopek:

Rozine najprej preberemo, nato operemo in stresemo v posodico, prelijemo z mešanico ruma in vode ter pustimo da se namakajo. V drugo posodico nadrobimo kvas in ga zmešamo z mlačnim mlekom, moko in sladkorjem. Pustimo stati na toplem mestu približno 10 minut, da kvasec malo vzhaja.

V kozici segrejemo mleko in maslo. Ko se maslo stopi, kozico odstavimo in počakamo, da se zmes ohladi do mlačnega. Primešamo sladkor, limonino lupinico, rum in rumenjake. V večjo skledo presejemo moko in na sredini naredimo jamico. Po moki okoli jamice potrosimo sol, v jamico pa vlijemo vzhajani kvasec. Prilijemo rumenjako zmes in sestavine zgnetemo v gladko in voljno testo, ki ga pokrijemo s krpo in pustimo vzhajati na toplem mestu približno 60 minut oziroma tako dolgo, da se njegov volumen podvoji.

Pripravimo nadev.

Orehe parimo v mleku, ki ga dodajamo postopno, ob neprestanem mešanju. V skledi zmešamo mlete orehe, smetano, vaniljev sladkor, navaden sladkor in cimet. Iz beljakov stepemo čvrst sneg, ki ga v dveh ali treh obrokih nežno in počasi vmešamo v orehovo zmes. Nato pokrijemo s serveto, da se orehova masa ne ohladi.

Vzhajano testo na pomokanem prtju razvaljamo približno 1 cm debelo. Enakomerno ga premažemo z orehovim nadevom, pri čemer ob robovih pustimo za en ali dva prsta robu. Po spodnji polovici testa potrosimo namočene rozine, nato pa testo s pomočjo prta zvijemo v svaljek. Zvijati začnemo na spodnjem delu, pri čemer vsak zavoj rahlo zategnemo, tako da testo nekoliko potegnemo k sebi. S tem preprečimo, da v potici med peko nastanejo mehurji.

Model za potico dobro namastimo in potrosimo z ostro moko (piškotnimi drobtinami). Vanj previdno položimo pripravljen svaljek, ga nekajkrat prebodemo s tanko pletilko ali z daljšimi vilicami in pokritega pustimo vzhajati 30 minut.

Pečico segrejemo na 180 stopinj Celzija. Potico pred peko po vrhu premažemo z mešanico razžyrkljanega jajca in mleka. V ogreti pečici jo na srednjem vodilu pečemo 50 do 60 minut. Če se nam zdi potrebno, jo proti koncu peke pokrijemo s kosom alu folije in tako preprečimo, da bi se na vrhu preveč zapekla.

Pečeno potico 10 do 20 minut hladimo v modelu, nato pa jo zvrnemo na rešetko in povsem ohladimo. Ohlajeno serviramo na lep krožnik ali pladenj, potrosimo s sladkorjem v prahu in postrežemo.

Pastirska pita



Nataša Pižmoht, stanovalka enote Tržič

Dragi stanovalci doma!

Sem Nataša Pižmoht, bila sem dolgo časa v Angliji, kjer sem se naučila in priučila veliko stvari. Hodila sem na razne tečaje, tudi kuharske. Da sem lahko študirala, sem morala tudi delati. Imela sem srečo in sem se naučila kuhati tudi stvari, ki sem jih kasneje delala tudi doma po mojem povratku iz tujine. Prestavljam vam zanimiv recept, morda bi ga bilo vredno poizkusiti v vaši, naši kuhinji.



Za pripravo pastirske pite potrebujemo:

- ½ kg mlete govedine
- ½ kg mletenga svinjskega mesa
- ½ do ¾ kg pire krompirja
- Začimbe po želji: poper, sol...
- Maslo
- Sir

Pastirska pita

Tisti, ki so jo preizkusili, so jo hvalili in jo večkrat ponovili. Moj mož se je hvalil, da je boljša, kot bi jedel potico.

Priprava:

Na masti najprej prepražimo govedino, da voda povre, nato dodamo svinjsko meso in ponovno pražimo skupaj cca. 20 minut, ne pri visoki temperaturi. Ko

se svinjsko in goveje meso »zdušita«, ju damo v pekač, na vrhu pa že narejen pire krompir. Ko lepo poravnamo pire krompir, dodamo maslo in pečemo v pečici cca. 20 minut. Ko se naredi skorjica na krompirju, potresemo še malo ribanega sira in damo še za toliko časa v pečico, da se sir stopi. Postrežemo toplo ali hladno.

Dober tek, Nataša.

Preprosti polnjeni datlji



Katja Frelih, socialna delavka

Sestavine:

- Datlji
- Maskarpone
- Rum
- Vaniljeva esenca ali vaniljev sladkor
- Orehova jedrca

Ko se vam najavijo obiski in se vam ne da peči, lahko na hitro naredite preproste polnjene datlje.

Priprava:

Datlje razpolovimo in po potrebi izkoščičimo. V posodici zmešamo maskarpone z vaniljevim sladkorjem ali vaniljevo esenco ter zamaškom ruma,



dobro premešamo. Razpolovljene datlje napolnimo z maskarpone kremo, ter na vrh postavimo polovičko orehovega jedrca.

Pripravljene datlje damo v hladilnik za 2 uri, da se okusi povežejo in datlji ohladijo.

Makovo pecivo



Mateja Srečnik, gospodinja

Sestavine:

- 2 jajci
- 2 jogurtova lončka sladkorja
- 1 jogurtov lonček mleka
- 1 jogurtov lonček maka
- ½ jogurtovega lončka olja
- 1 jogurtov lonček moke
- 1 pecilni prašek
- 1 limona (sok + lupina)
- 1 jedilna žlica ruma

Preliv:

- 12,5 dag čokolade in malo margarine

Postopek za biskvit:

Jajca in sladkor penasto vmešamo, dodamo olje, mak, rum in na koncu vmešamo še mak s pecilnim praškom. Vse skupaj vlijemo na pekač, katerega smo obložili s peki papirjem. Pečemo 25 minut pri temperaturi 180 °C.

Preliv:

Čokolado stopimo nad soparo in ji dodamo margarino. Dobro premešamo in nato polijemo po ohlajenem biskvitu. Pustimo da se preliv strdi. Biskvit narežemo na kocke in pecivo postrežemo ob kavi.

Dober tek



Enota Tržič

JUNIJ

- 2.6. Izlet na Brezje in Bled
- 7.6. Delavnica: Ustno zdravje v sodelovanju z ZD Tržič
- 9.6. Kviz Desetnica v sodelovanju s knjižnico Tržič
- 10.6. Sveta maša
- 15.6. Izlet na Šobec
- 16.6. Oddelčni piknik enote Vijolica
- 17.6. Športne igre
- 23.6. Oddelčni piknik enote Deteljica
- 24.6. Sveta maša
- 29.6. Zaključna zabava skupin za samopomoč
- 30.6. Oddelčni piknik enote Murka



JULIJ

- 8.7. Sveta maša
- 13.7. Ustvarjalne delavnice
- 14.7. Oddelčni piknik enote Avrikelj
- 18.7. Nastop DU Poljanska dolina
- 20.7. Obisk trgovine Senior
- 21.7. Sprehod po Bistrici in po opravkih v sodelovanju z ZŠAM Tržič
- 21.7. Oddelčni piknik enote Planika
- 22.7. Sveta maša



- 28.7. Oddelčni piknik enote Encijan
- 29.7. Skupinsko praznovanje rojstnih dni (junij, julij)

AVGUST

- 3.8. Sestanek s stanovalci
- 4.8. Sladoledni dan enote Vijolica
- 5.8. Smuti dan
- 11.8. Sladoledni dan enote Murka
- 12.8. Sveta maša
- 16.8. Delavnica izdelovanja sivkinih mošnjičkov
- 18.8. Sladoledni dan enote Deteljica
- 19.8. Obisk oratorija
- 19.8. Ustvarjalne delavnice v sodelovanju z Mladinskim centrom
- 22.8. Poletne ustvarjalne delavnice
- 23.8. Poletne ustvarjalne delavnice
- 24.8. Sladoledni dan enote Avrikelj
- 26.8. Sveta maša
- 29.8. Palačinka party



- 30.8. Sladoledni dan enot Planika in Encijan

SEPTEMBER

- 5.9. Priprava in sladkanje s sadno kupo
- 8.9. Prireditev ob donaciji knjig Mohorjeve družbe Celovec
- 9.9. Sveta maša
- 12.9. Priprava in sladkanje s tiramisujem
- 13.9. Skupinsko praznovanje rojstnih dni (avgust, september)
- 14.9. Izlet na Jezersko
- 19.9. obisk trgovine Senior
- 20.9. Okrogla miza poklicnih šoferjev v sodelovanju z ZŠAM
- 21.9. Sprehod za spomin
- 23.9. Sveta maša
- 26.9. Skupinska telovadba
- 27.9. Poligon za vse
- 28.9. Voden sprehod po Ročevnici v sodelovanju z ZŠAM
- 29.9. Predavanje članov ZŠAM
- 30.9. Športne igre za vse ob evropskem tednu športa



OKTOBER

- 3.10. Izdelovanje jesenske dekoracije
- 5.10. Prireditev ob mednarodnem dnevu starejših
- 7.10. Ogled filma v sodelovanju s knjižnico Tržič: Fantje s treh bregov
- 10.10. Nastop folklorne skupine Lesce
- 12.10. Kostanjev piknik
- 14.10. Sveta maša
- 21.10. Tržiški semenj
- 26.10. Ustvarjalna delavnica za noč čarovnic
- 27.10. Otvoritev razstave: Rože mi vse povedo
- 28. 10. Sveta maša



NOVEMBER

- 3.11. Ustvarjalna delavnica v sodelovanju z Mladinskim centrom
- 4.11. Ustvarjalne delavnice
- 8.11. Nastop PZ LEK
- 11.11. Sveta maša
- 15.11. Prireditev v sodelovanju z vrtcem Deteljica
- 16.11. Nastop Jurjevih godcev
- 18.11. Skupinsko praznovanje rojstnih dni (Oktober, november)
- 23.11. Delavnica: Izdelovanje adventnih venčkov
- 25.11. Sveta maša



Enota Naklo

JUNIJ

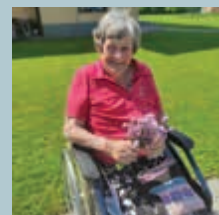
- 1.6. Obisk učencev OŠ Naklo
- 2.6. Sveta maša
- 4.6. Kulinarična delavnica
- 6.6. Molitvena urica
Kreativna delavnica
- 8.6. Svetovni dan oceanov – obisk knjižnice
- 9.6. LIK Naklo: razstava slik Tihožitje
- 10.6. Ogled filma Oceani
Nastop skupine Oaza Kranj
- 11.6. Ustvarjalna delavnica – ročne spretnosti
- 13.6. Tombola
- 16.6. Obisk otrok vrtca Mlinček Absolut bend
- 17.6. Umovadba – sodelovanje z
medgeneracijskim centrom
- 18.6. Kulinarična delavnica
- 20.6. Tombola



- 21.6. LIK Naklo: razstava slik Poklon Plečniku
- 22.6. Obisk knjižnice: bralne in ustvarjalne
delavnice 'Poletje'
- 23.6. Celodnevni izlet: Izlet na morje
- 25.6. Ustvarjalna delavnica
- 30.6. Skupinsko praznovanje rojstnih dni – Trio
Frenky

JULIJ

- 4.7. Poletni piknik na domskem vrtu
Kreativna delavnica
- 5.7. Medgeneracijsko druženje z otroci z
Vragolij z Evo & Martinom
- 8.7. Jurjevi godci
- 9.7. Ustvarjalna delavnica – ročne spretnosti
- 11.7. Velika nagradna tombola
- 13.7. Pump bar: druženje in sladkanje ob ledeni
kavi
- 14.7. LIK Naklo: Razstava slik
- 15.7. Ogled filma



- 16.7. Kulinarična delavnica
- 22.7. Ogled filma
- 23.7. Ustvarjalna delavnica – ročne spretnosti
- 25.7. Velika nagradna tombola,
- 28.7. Likovno ustvarjanje na temo poletje
- 29.7. Likovno ustvarjanje na temo poletje

AVGUST

- 1.8. Kreativna delavnica
- 3.8. Knjižnica Naklo: obale morja po svetu
- 4.8. LIK Naklo: razstava slik »Istra-Brda«
- 5.8. Ogled dokumentarnega filma o morskih
obalah po svetu
- 8.8. Velika nagradna tombola
- 9.8. Knjižnica Naklo-kulinarika in morska
hrana
- 10.8. Sladoledni dan



SEPTEMBER

- 1.9. Sveta maša
ustvarjalna delavnica
- 2.9. Slovenski film: Naš avto

- 3.9. Kulinarična delavnica
- 5.9. Kreativna delavnica
- 7.9. Nastop učencev OŠ Naklo
predavanje študentke Ajde o različnih
krajih in njihovi kulinariki

- 8.9. LIK Naklo: razstava z naslovom Kraški rob
- 10.9. Kulinarična delavnica
- 13.9. Nastop plesalcev Country Line Dance Konjeniškega kluba Kovač Naklo
- 14.9. Druženje in sladkanje ob ledeni kavi v kavarni v bližini doma
- 15.9. LIK Naklo: pokušina domačega kruha in ol. olja in razstava »Kras«
- 16.9. Nastop otrok vrtca Mlinček
- 17.9. Kulinarična delavnica
- 19.9. Kreativna delavnica
- 21.9. Bralne urice in pogovorna delavnica ob svetovnem dnevu Alzheimerjeve bolezni
- Domski piknik za stanovalce in svoje z Absolut bendom



- 22.9. Nastop FSDU Naklo
- 24.9. Ustvarjalna delavnica
- 26.9. Pogovorna delavnica ob svetovnem dnevu jezikov
- 30.9. Praznovanje rojstnih dni s skupino Trio Frenky

OKTOBER

- 3.10. Vroča čokolada s smetano v kavarni v bližini doma
- 4.10. Nastop FSDU Naklo in dogodek ob odprtju ekološkega otoka
- 5.10. Nastop učencev Walfdorske OŠ ob svetovnem dnevu učiteljev
- 6.10. Sveta maša
- 7.10. Nastop otrok vrtca Mlinček
- 10.10. Gibalno rajalne urice v vrtcu Mlinček
- 12.10. Nastop folklorne skupine FSDU Šenčur
- 14.10. Nastop folklorne skupine FSDU Naklo
- 19.10. Talne igre v vrtcu Mlinček
- 20.10. Nastop plesalcev Country Line Dance Konjeniškega kluba Kovač Naklo
- 21.10. Umovadba v sodelovanju z Medgeneracijskim centrom Kranj,
- 24.10. Fotografska razstava slik LIK Naklo
- 26.10. Plesni nastop plesalcev Country Line Dance Modre skupine z Mlake
- 27.10. Medgeneracijsko druženje in igranje družabnih iger z učenci OŠ Naklo
- 28.10. Praznovanje rojstnih dni s skupino Trio Frenky



NOVEMBER

- 2.11. Razstava LIK Naklo z naslovom Naklo nekoč, Naklo danes
- 3.11. Sveta maša
- 9.11. Gibalno rajalne urice v vrtcu Mlinček
- 10.11. Obisk učencev Waldorfske OŠ
- 11.11. Nastop otrok vrtca Mlinček
- 14.11. Modna revija in možnost nakupa novih oblačil
- 16.11. Nastop folkloristov FSDU Šenčur
- Nastop učencev OŠ Naklo s kitaro
- 17.11. Nastop učencev OŠ Naklo z Orfovimi glasbili
- 18.11. Umovadba v sodelovanju z medgeneracijskim centrom
- 23.11. Praznovanje rojstnih dni s skupino Trio Frenky
- 24.11. Nastop plesalcev Country Line Dance Konjeniškega kluba Kovač Naklo
- 25.11. Nastop folkloristov FSDU Naklo
- 28.11. Razstava LIK Naklo z naslovom Naklo
- 30.11. Talne igre v vrtcu Mlinček



Venoto Tržič so na novo prišli:

Zadražnik Marija Alojzija, Šarabon Ljudmila, Selko Marija, Faganeli Rozman Ludovika, Zaletel Antonija, Eršte Ivanka, Eršte Martin, Hafner Marija, Seliškar Danilo, Praprotnik Jože Gregor, Meglič Franc, Štucin Milan, Keršič Nada, Branc Milena, Srpčič Rozina, Ribnikar Marija, Ostronič Gros Frančiška, Knific Helena, Stenovec Vera, Šober Janez, Istenič Branko, Dornig Marta, Studen Peter, Pokovec Marija, Krsnik Jožefa, Čufer Marija, Kopač Pavel, Markič Ivana, Kojič Nevenka, Jagodic Marjeta, Zupan Marjana, Šparovec Mirko, Aljančič Janez, Šturm Antonija, Pivk Magda, Demšar Milan, Aslani Metka, Mirt Emilija, Obajdin Marija, Bocak Zdenka Alojzija, Primožič Ivana, Vidic Andrej, Primožič Margareta, Hiršenfelder Ljudmila, Pustovrh Ignac, Laussegger Viktorija.

Venoto Naklo pa:

Činč Marija, Bida Marija Alojzija Zadnikar, Marija Šprajcar, Stanislava Rozman, Apolonija Papler, Stanislava Ahačič, Marko Ahačič, Viktorija Laussegger, Ana Sodnik, Zvonka Zupan, Gabrijela Marija Jelovčan, Blaž Sitar, Marija Vinkovič, Jurij Kadivec, Ivana Rakovec.

Iz enote Tržič so se od nas poslovili:

Meglič Helena, Kopač Pavel, Dornig Marta, Uzar Boris, Šparovec Mirko, Praprotnik Gabrijela, Krsnik Jožefa, Reš Jože, Bevc Anton, Rozman Ana, Ahačič Janez, Ošljaj Jože, Ostronič Gros Frančiška, Praprotnik Jože Gregor, Šmitek Marija, Dobrin Ivana, Zadražnik Marija Alojzija, Kovačič Bojan, Planinc Viljem, Duraković Slavka, Ribnikar Marija, Kryštufek Marija, Škantar Ana, Radej Terezija.

Iz enote Naklo so se od nas poslovili:

Tomažin Frančiška, Pungerčar Jožef, Marija Resman, Ivan Klajnšek, Viktor Anton Leskovšek, Stanislava Rozman, Ivana Udir, Antonija Gabrič, Alojzij Dodič, Stanislava Pogačnik, Tatjana Slavec, Aleksandar Velkov, Ana Sodnik, Matija Žagar.



DOM PETRA UZARJA
TRŽIČ

Hiša prijaznih ljudi



Zahvala donatorjem

Zahvaljujemo se vsem podjetjem in posameznikom za vse donacije v denarni in materialni obliki, z vašo pomočjo smo lahko stanovalcem polepšali bivanje v domu, zaposlenim pa olajšali delo.

Domen Rakovec, direktor

