

KLAS

**Glasilo Doma starejših občanov
Preddvor in enote Naklo**

letnik 21, št. 179

oktober 2011



1. oktober, mednarodni dan starejših

»Jesen človeškega življenja je lahko čas velikega zbiranja. To je čas, ko pobereмо sadove doživetij.«

Generalna skupščina Združenih narodov je **1. oktober** razglasila za **mednarodni dan starejših**. Po svetu omenjeni dan obeležujejo od leta 1990. Tudi v Sloveniji se na ta dan opozori na odnos do starejših, domovi za starostnike imajo večinoma dan odprtih vrat, hkrati pa razne aktivnosti, s katerimi predstavljajo svoje delo in poslanstvo.

Hvalevredno pa je tudi, da že več let konec septembra in prvi dan oktobra v Cankarjevem domu poteka tridnevni **festival za tretje življenjsko obdobje**, ki je v prvi vrsti namenjen starejšim in medgeneracijskemu povezovanju.

Slogan letošnjega mednarodnega dneva starejših, devetnajstega po vrsti, je:

»Dejavno staranje: splošen način za ustvarjanje družbe za vse starosti«



Drage stanovalke, stanovalci!

V počastitev 1. oktobru, mednarodnemu dnevu starejših Dom starejših občanov Preddvor vsako leto priredi svečano proslavo. Istočasno se v Cankarjevem domu v Ljubljani odvija festival za tretje življenjsko obdobje. Festival je letošnje leto 11. po vrsti. Vsako leto si festival nadene drugo ime. Letošnje geslo je »SOŽITJE, USTVARJALNOST, VITALNOST«.

Sožitje ali simbioza je način življenja, ko vsaj dva organizma preživita veliko časa tesno skupaj. Skupaj sta močnejša in njuno preživetje je lažje. Življenje v sožitju daje boljšo obrambo in dopolnitev. Ko živimo skupaj je naše življenje polnejše in s svojim delovanjem in življenjem drug drugemu dopolnjujemo življenja.

V Domu starejših občanov Preddvor bi težko prešteli koliko nas živi skupaj v sožitju. Jasno je, da tukaj biva 187 stanovalcev, da skoraj dnevno na delo prihaja preko 90 zaposlenih. Skupaj z nami pa je tudi veliko prostovoljcev, svojcev, prijateljev, znancev in drugi gostov. Vsi se med seboj nadgrajujemo in si dodajamo vrednost. Z našim povezovanjem je naše življenje polnejše in bolj kvalitetno.

Ustvarjalnost je proces, katerega rezultat so originalni in ustrezni dosežki. Vsi ljudje smo bolj ali manj ustvarjalni. Naša ustvarjalnost se kaže na različne načine in raste tudi s tem, ko se povezujemo. Ko se povezujemo je to kar ustvarimo slišano, videno in občudovano. Naša ustvarjalnost je pobudnik tako naše kreativnosti kot tudi kreativnosti ljudi, ki živijo v svetu okoli nas (stanovalcev, prostovoljcev, delavcev, sorodnikov,...).

Povezovanje in ustvarjalnost sta nedvomno pozitivna elementa naše vitalnosti. Ko se povezujemo in ustvarjamo se počutimo bolj uspešni in vitalni. Ko nam uspe se počutimo bolje. Naš uspeh je lahko že majhen korak ali beseda ki jo izrečemo, uspeh so lahko že majhna vsakodnevna dejanja. Uspeh je lahko že v majhni pozornosti ki si jo podarimo.

Ob mednarodnem dnevu starejših vam drage stanovalke in stanovalci voščim predvsem zdravja, osebnega zadovoljstva in da bi živeli v resnični simbiozi. Vsem želim medsebojnega razumevanja, sožitja in da bi bilo naše skupno življenje polno in kar se da kreativno.

Andreja Valant, direktorica

Spoštovani!

Lepo pozdravljeni v imenu občine Preddvor.

Občani občine Preddvor smo ponosni, da smo pred mnogimi leti, še v prejšnjem stoletju, ponudili varen pristan v jeseni življenja ljudem, ki iz takšnega ali drugačnega razloga niso mogli ali želeli zadnjih let svojega življenja preživeti v krogu družine.

Naš Turn, kot ga poimenujemo domačini, je iz mrke graščine, ki je zrla na Preddvor, postal prijazno domovanje za zlata leta življenja. Res je sicer, da v najstarejši generaciji še tiči negativni prizvok, vendar pa pri generacijah, ki se bližamo zlatim letom, predstavlja zavetišče – mirni otok v razburkanem življenju.

Sicer pravijo, da tisti ljudje, ki jih ljubijo bogovi, umirajo mladi. Vse višji standard zadnjih let pa je podaljšal življenjsko dobo, tako, da se ob manjšem številu rojstev, delež ljudi v zlatih letih življenja hitro povečuje.

Žal ugotavljamo, da kot država nismo povsem pripravljeni tako na večanje deleža, kot tudi na stroške, ki jih predstavlja življenje v domovih za starejše občane. Tako si marsikateri občan ne more privoščiti mirnih dni, čeprav je vsa leta plačeval dajatve v skupno blagajno.

Ob tem se vse premalo pomisli na škodo, ki je povzročena ljudem v zlatih letih. Ker jim ni omogočeno kakovostno preživljanje zlatih let, so duhovno osiromašeni tako oni, pa tudi njihove družine.

Anselm Grun v Visoki umetnosti staranja z veliko ljubezni razglablja o tej temi, ki se je za časa polnih življenjskih moči radi izognemo. Kar se mi zdi ob branju posebej pomembno, je njegova ugotovitev, da se mora vsak od nas odločiti, kakšen odnos bo imel do svojega staranja ter se v vrlinah staranja tudi urediti. Staranje ni prazen čas, ki ne mine. Staranje je polno velikih del, ki jih moramo opraviti, odpovedati se moramo veliko stvarem, tako, da v polnosti lahko razvijemo vrline starosti, med katere Grun našteva predvsem mirnost, potrpljenje, krotkost, svobodo, hvaležnost, ljubezen, odnos do strahu in depresije, pot molčanja, preseganje samega sebe in pripravo na umiranje.

Mislím, da se vsi strinjamo, da so zlata leta zelo dragocen čas za vse, ki so soudeleženi v staranju. Morda se bo zdelo čudno, toda, da se razvijejo navedene vrline, se priporoča umik v samoto, ki omogoča zbrano premišljevanje o pretekli življenjski poti in polno uživanje v zrelih letih. Anselm Grun posebej poudarja skupno druženje z vrstniki, kar omogočajo prav domovi za starejše občane. Ob tem je zelo zanimivo, da potomcem ne ukazuje zelo tesne povezanosti s svojimi starši,

pač pa priporoča življenje v samoti oziroma druženje s sebi enakimi.

Verjamem, da se tudi stanovalcev tega doma v Preddvoru, ob spominu na bolj ali manj lepo mladost rada poloti otožnost, včasih tudi žalost. Ampak, življenje gre samo naprej. Ko dodajate dneve k življenju, poskrbite, da bodo ti dnevi polni, da bodo prej navedene vrline starosti razvili v čim bolj polni meri, saj boste s tem pridobili moč za radostno preživljanje zlatih dni.

Otroci in vnuki Vam bomo hvaležni za dragocen vzgled umetnosti staranja, ki ga bomo prenašali na naslednje generacije. Tako pogovori o staranju ne bodo več tabu tema, ampak obdobje posebnih vrlin. Staranja se ne bomo bali in ga umetno poskušali odpravljati z raznimi lepotnimi operacijami, ampak bomo uživali vsak dan znova.

V želji, da bo vsak dan nov začetek tudi za Vas, vsem skupaj želim prijetno počutje v najlepšem koščku sveta.

Miran Zadnikar, župan občine Preddvor

U t r i n k i

V petek, 16. septembra, smo se ob 10. uri zbrali pred Domom starejših občanov Naklo. Večina je bila na vozičkih, nekateri s



hojicami, drugi pa so še kar strumno zakorakali brez pripomočkov. »Vozičkarje« smo prevzele delavke Doma in prostovoljke, potem pa smo se družno podali po Krakovem, mimo vrtca, pri vaškem vodnjaku smo prečkali cesto, na drugi strani smo zavili desno mimo stare šole, cerkve na eni strani in župnišča na drugi in že smo bili na zunanjem delu hotela Marinšek, kjer smo se razporedili okoli miz in si privoščili kavico ali kaj drugega po lastni izbiri.

Tisti, ki našega kraja ne poznajo, so razkrili svoje vtise - kako uživajo, ko občudujejo vrtove, sadno drevje, pa tudi urejene hiše, katerih okna so polna rož. Občudovali so tudi park pred cerkvijo in cerkev, nekaterim se je zdelo zanimivo staro in novo župnišče. Prav vsi pa smo uživali v prijetnem druženju in občudovali hotelski vodomet.

Po isti poti smo se potem vrnili v Dom, tam pa nas je že čakalo kosilo. Pred slovesom smo si bili edini, da bomo tako potepanje še kdaj ponovili.



Marija Jereb, prostovoljka

Moj devetdeseti rojstni dan

Letos nisem pričakovala, da se bo ob mojem rojstnem dnevu kaj dogajalo. V Dom pa sem prišla že pred desetimi leti, ko sem bila stara osemdeset let.

Ko se je bližal letošnji rojstni dan, so mi nekateri namignili, da bom doživela presenečenje. In res je bilo tako. Bašljani smo bili v četrtek, 25. avgusta, povabljeni - bilo nas je okrog trideset - na Brezje k maši, ki jo je vodil gospod Jože Roblek. Mi pa smo peli in bilo je zelo lepo.

Ko smo prišli iz cerkve, sem bila prepričana, da bomo morda kaj malega popili in se takoj vrnili v Dom. Bila pa sem čudovito presenečena, saj so mi čestitali za moj rojstni dan, mi zaželeli vse lepo, nekateri so me tudi obdarovali. Nato smo se vsi

skupaj odpeljali v Bašelj k Majerčku na kosilo. Bilo je odlično in ko sem se hotela pozanimati, kdo bo vse to poravnal, se je oglasil Jože Roblek in se pošalil, da sva vsega tega krivi jaz in moja sestra. Vse je nasmejal.

Po kosilu so prišli še drugi gostje, tudi pevski zbor, ki je zapel čudovite pesmi.

Po osmi uri smo se zadovoljni odpravili domov. Naslednji dan, bil je petek, so ob štirih popoldne prišle še pevke iz Preddvora in ponovno smo lahko prisluhnili ubranemu petju. Potem smo še malo posedeli, se pogovarjali in se sladkali s pecivom. Preživeli smo še en prijeten in zanimiv dan.



Angela Likar, stanovalka

Huda ura

Spominjam se, kako so se tudi nad našo domačo vasjo zbirali temni in grdi oblaki, prihajala je huda ura.

To se je dogajalo pred sedemdesetimi leti, ko sem bila stara deset let. Pripravljalo se je k dežju, vendar to ni bilo dovolj. Bližalo se je nekaj hudega. Sosedova gospa Tonika je pomagala »mežnarju«, saj je bila včasih navada, da se je v primeru hude ure odšlo v cerkev in začelo zvoniti.

Zadonelo je bim-bam-bom, bim-bam-bom ... Ljudje so se hvaležno ozirali v nebo.

I.B., stanovalka



Lastovkam

Leti leti lastovka čez plan,
čeravno ni še beli dan,
dolga pot je do morja,
tam se ne vidi zemeljskega dna.

Tudi lastovka tam ni doma,
tam so ladje grozni plov,
za lastovke uboge morilski lov.

Ljudstvo divje tam hrumi,
znanilkam pomladi konec preži.
Leti, leti, leti lastovka tam stran,
pri nas te čaka topla dlan.

Vsem lastovkam pozdrav tudi iz Doma starejših Preddvor.

Devetdesetletnica

Obiskali smo Mojstrano

Izleta v Mojstrano ne bom pozabila, ker smo uživali v prečudoviti naravi. Delovna terapeutka Irma nam je pripravila res čudovit izlet.



Zanimalo me je, kam nas bo peljala naslednje leto. Zame je namreč dovolj že to, če lahko občudujem naravo, saj se takrat čudovito počutim. Naravo imam rada še iz mladih let.

Vreme nam je bilo zelo naklonjeno. Ko smo se pripeljali v Mojstrano, smo si najprej ogledali nov planinski muzej. Zelo

lepo je bilo poslušati vodičko, ki nam je pripovedovala o zgodovini planinstva in o Triglavskem narodnem parku.



Mojstrana je res odlično izhodišče za pohode v Julijske Alpe. Tudi slap Peričnik je zanimiv.

Ko smo se peljali domov, sem premišljevala o čudovitem izletu. Ne bom ga kmalu pozabila. Vesela sem, da nas je šofer varno pripeljal domov.

K.V., stanovalka

Nisem pričakovala, da bo izlet tako prijeten, da bomo tako srečni in zadovoljni in da bo vse tako lepo, novo, zanimivo, predvsem pa vredno ogleda.

Po ogledu muzeja smo imeli v gostišču dobro malico, nato pa smo nadaljevali pot proti slapu. Občudovali smo slap in velikansko goro in ter uživali ob pogledu na čudovito naravo. Bilo je resnično kaj videti!



Nato smo se odpravili proti domu. Za lep dan se moramo zahvaliti predvsem gospe Irmu, ki je tako dobro organizirala ta izlet, pa tudi našemu šoferju za tako lepo in varno vožnjo.

Takega izleta bi si gotovo še želeli!

Angela, stanovalka

Lepo sončno jutro nas je sprejelo, ko smo se odpravili na izlet.

Peljali smo se z velikim, lepim avtobusom. Najprej smo se ustavili pred Domom v Naklem, kjer se nam je pridružilo nekaj stanovalcev. Nato pa smo se odpeljali skupaj proti naši lepi Gorenjski! Ves čas se je čutilo navdušenje stanovalcev.



Ko smo se pripeljali na zeleni cilj v Mojstrano, smo si v slovenskem planinskem muzeju najprej ogledali film o naših lepotah in o naših gorskih junakih, ki so preplezali stene in nekateri tam pustili svoja mlada življenja. Res čudovito doživetje!

Nato smo si ogledali lep, velik muzej, kjer so bili razstavljeni različni pripomočki, ki se potrebujejo za varno pot v gore. Po končanem ogledu smo se odpeljali v planinsko koč pri slapu Peričniku, kjer smo imeli dobro malico. Ogledali smo si tudi bližnji slap. Je zelo lep in zanimivo ga je videti.

Za vse smo dolžni zahvalo našim voditeljem in spremljevalkam, ki so tako skrbno pazile na vse nas. Hvala tudi dobremu šoferju, ki nas je varno pripeljal domov v naš s soncem in zelenjem obdan grad Turn.

A.R. stanovalka gradu Turn

Imeli smo družinsko srečanje

8. septembra sva z ženo praznovala že 60-letnico poroke. Ob tej priložnosti se je zbrala vsa najina družina. Poleg otrok in vnukov imava tudi dva



pravnuka, sedemletnega Samota in Brino, ki se je rodila ravno na moj rojstni dan, 20. aprila.

Sicer pa se rad sprehajam. Vsako jutro grem na približno enourni sprehod v okolico Doma.

Jože B., stanovalec enote Naklo

Kje domujejo lastovke

Spominjam se mladih dni in tam je tudi veliko spominov na lastovke.

Imeli smo še zelo star hlev z nekaj živine; to so bile štiri krave, konj in velikokrat tudi teliček, ki smo ga vsi otroci najbolj občudovali. Najbolj posrečen je bil takrat, ko je pil mleko pri mami kravi. Z vso silo se je vedno zaganjal v mamo kravo, da je prišel do mleka. Lepo pa je bil tudi takrat, ko smo ga hranili po steklenički in dudi.

Vsako leto smo v tem hlevu pričakovali, kdaj bodo prišle - tako utrujene od dolge poti - naše lastovke. »Naše« lahko trdim zato, ker so priletele vedno ene in iste, zato vem, da so bile naše. Točno so vedele, kam priti. Imele so svoje gnezdo in tam so se najprej odpočile. Nato so začele popravljati gnezdo ali pa celo plesti novega. Če jih je bilo več, je bilo potrebno še eno domovanje, da so se lahko pripravile za nov zarod. Skoraj noč in dan so nosile vejice in si spletale tako lepe hišice, da sem jim njihova gnezda skoraj zavidala.



Ko je bilo vse pripravljeno, so začele valiti jajčka. Kako težko smo spet čakali, da bodo iz gnezda pokukali kljunčki in mame lastovke so jim potem nosile razne črve, muhe in kaj vem, kaj še vse.

Kmalu so bili tudi ti kljunčki, toliko veliki, da so lahko vzleteli.

Ko pa je prišla jesen in čas ponovnega odhoda v tuje, tople kraje, so lastovke zopet odletele. In to se je ponavljalo iz leta v leto.

Lepa je bila mladost in nanjo me spominja tudi pesem Letijo, letijo lastovke.

IMM, stanovalka

Kdo si?



Če sebe ne razumeš,
če sebe ne poznaš,
če sebe ne ljubiš,
če sebe ne spoštuješ
zaradi tega, kar si,
kako potem to zahtevaš
in pričakuješ od drugih ljudi?

Potrudi se,
da te razumejo,
da te poznajo,
da te ljubijo
in te spoštujejo.

Marija Romih, stanovalka

Naši otroci

Imam dva pravnuka, šestletnega Matica, ki je navdušen športnik, in štiriletno Nino, ki zelo rada poje, včasih pa tudi malo ponagaja. Ko jo mamica okara, se opraviči: »Oprosti, ne bom več!«



Na steni v svoji sobi imam njune slike in ko jih gledam, vidim, kako otroci neverjetno hitro rastejo.

**Fanika G.,
stanovalka enote Naklo**

Spomini

Čez dan včasih malo berem in gledam televizijo, najraje filme o živalih.

Živali sem imela vedno rada, najraje med njimi pa svojega rjavega konja Šarga.

Spominjam se najinih pohodov h Kokri. Kadar je bilo vroče, je konj pokleknil, da sem zlezla na njegov hrbet, potem pa hitro k reki, kjer sva se lahko ohladila.

Sicer pa je bil Šargo delovni konj. Vsak dan sva v Kranj vozila mleko – vlekel je gik, dvokolesni voz.

Šargova slika še danes visi na steni moje sobe in me spominja na tiste lepe skupne čase.



Ljudmila P., stanovalka enote Naklo

Vaška situla

Septembra smo začeli s skupinami v Domu starejših občanov. Pred počitnicami smo se dogovorili, da nas vsako drugo sredo v mesecu obišče Mirjana Debelak in nam popestri skupino s svojimi zanimivimi predavanji. Tokrat nam je pripovedovala o vaški situli. Ker se o tem pomembnem delu naše zgodovine ni veliko govorilo, sem že na njihovih obrazih videla, da jih je tema pritegnila.



Marsikdo je prvič slišal ali pa že pozabil, da je situlo – vedro za vodo – v 19. stoletju izkopal kmet Janez na svoji njivi v Vačah pri Litiji. Situla je nastala verjetno v 6. stoletja pr.n.št. in je izdelana iz brona. Okrašena je s figuralnimi upodobitvami, ki so izdelane v posebni iztolčeni tehniki. Nedvomno je bila last premožnih.

Spoznali smo tudi zgodovino Litije, ki je bila v davnih časih zelo bogata zaradi železove rude, s tem pa tudi zelo pomembna.

Na žalost pa je veliko izkopanih predmetov s tega pomembnega področja za nas, Slovence, izgubljenih, saj marsikaterega danes hranijo v Avstriji in celo v Angliji.

Tako vedno znova ugotavljamo, da imamo zelo bogato in pomembno zgodovino. To pa bi morali vsi ceniti in se zavedati svoje pomembnosti.

Marija Jereb, prostovoljka



**Utrinke je pripravila Mirjana Debelak,
ilustriral Peter Trobec.**

Masaža stopal

V mesecu avgustu in septembru ste stanovalci Doma zopet dokazali, da ste tudi v zrelih letih lahko zelo aktivni. Z aparatom BioSinhron si vas je 20 pridnih in dobrovoljnih posameznikov vsak dan, od ponedeljka do sobote, masiralo stopala in "pognalo" svojo mladostno kri po telesu. Hkrati smo se tekom masaže marsikaj pomenili, se nasmejali, poleg tega pa ste me napolnili z raznoraznimi življenjskimi modrostmi.



Najlepša hvala vam, da ste zaupali in verjeli v to, da kot sami pravite, "nek'j bo, drgač' ne b' na tola hodu". Sami ste izkusili, da so nekaterim izginile raznorazne bolečine, krčne žile, se vam je uredila prebava, povrnil občutek v nogah... in da ste

povrh vsega še bolj veseli in ponosni nase, saj ste naredili nekaj za vaše zdravje in počutje.

Želim, da boste imeli to voljo in vero v BioSinhron še naprej in si pridno masirali stopala, vsak dan, mesec, leto. Hvala, da ste zagrabili priložnost, ki se vam je ponudila, in da tudi sedaj vsako jutro in dopoldne še naprej prihajate na masažo.

Eva Dobrin

Masaža stopal z aparatom BioSinhron

**od ponedeljka do petka
ob 7.00, 7.30 uri in 12. uri
v delovni terapiji.**

**Poleg stanovalcev, ki ste že vključeni,
vabljeni tudi ostali stanovalci.**

VRTILJAK ŽIVLJENJA – O malih ljudeh

10. del

Ženske so se zmenile, da bodo delale naprej, za vse pa naj poskrbi Kristina, ki je že dolgo tukaj in se na vse spozna, saj je bila Marijina desna roka. Dekleta so šla delat v šivalnico, Kristina pa v bolnico. Še prej je poklicala Toneta, in mu povedala, kaj se je zgodilo. "Če bo potrebno, me boš prišel iskat v bolnico, saj ti bom sporočila."

Kristina je v bolnici poiskala sobnega zdravnika, ki je Marijo že natančno preiskal, laboratorijski izvidi pa še niso bili gotovi, da se je z njim pogovorila. Prav nič spodbudne niso bile njegove besede: "Gospa je v slabem stanju, saj je bila dolgo v nezavesti. Bodite pripravljeni na vse, tudi na najhujše. Če pa se bo izvlekla, pa bo zdravljenje zelo dolgotrajno. Če ima sorodnike, jih obvestite. Sporočite mi tudi, na katero osebo se lahko obrnem, želim naslov in telefonsko številko."

Kristina je zdravniku povedala, da je gospa sama, da nima sorodnikov in da bi prosila, če bi se ona lahko pogovarjala z njim. Zmenila sta se, da gre zdaj lahko domov, zvečer po sedmi uri pa lahko telefonira in dobila bo informacijo o njenem stanju. Če pa bi se zgodilo najhujše, jo bodo poklicali. Kristina je poklicala Toneta, da je prišel ponjo. Nato pa sta šla še v šivalnico. Dekletom je povedala, kaj ji je rekel zdravnik. Za danes so zaključile z delom in Kristina je vse zaklenila, ključne nesla v stanovanje, tega zaklenila in ključ vzela s seboj. Po poti sta se s Tonetom zmenila, da bosta jutri v stanovanju pospravila in poskrbela, da ne bo kakšna hrana ostala, da ne bi smrdela.

"Veš, tile dogodki danes so me pošteno utrudili. Želim le, da se Mariji ne bi zgodilo najhujše in da posledice kapi ne bi bile preveč hude. Vsak dan po službi bom šla k njej, da bo vedela, da ni sama, da ima prijatelje. Zdaj ji lahko vrnem, kar je ona že storila zame."

"Res, veliko dela in odgovornosti boš imela. Vsekakor lahko računaš na mojo pomoč. Dobro, da imava Ano, da bo doma vse v redu. Pa tudi na Viktorijo lahko računaš."

Zdaj pa se je Kristina zanimala samo še stanje gospe Marije in delo v šivalnici. Vsak večer je govorila z bolnišnico, kako zgleda gospejino zdravje. Vsak dan je vsaj dve uri sedela ob njeni postelji, se z njo pogovarjala, pa čeprav se ji je zdelo, da jo ona ne sliši. Ampak zdravniki so ji priporočili, da je za bolnico velikega pomena, če se pogovarjajo z njo. Pripovedovala ji je, kako se z dekleti trudijo, da bi vsa naročila izpolnile do roka. Zazdela se ji je, da je Marija premaknila roko. Kot otroku ji je prigovarjala, naj odpre oči in se že vendar otrese nezavesti. Bila je presrečna, ko je Marija res odprla oči. Hitro je pozvonila sestri in povedala, kaj se dogaja. Ta je stekla po zdravnika, bil je zelo zadovoljen. Rekel je, da zdaj ni več skrbi za njeno zdravje. Nezavest je minila in zdaj trdno spi od utrujenosti. Kristina je odšla domov in vsa presrečna povedala, kaj se je v bolnici zgodilo. Potožila je, da je zelo utrujena in Ana ji je svetovala: "Privošči si toplo kopel, jaz pa ti bom pripravila pomirjevalni čaj, malo pojej in pojdi spat, da se boš spočila.« Šele sedaj je Kristina spoznala, kako dober človek je Ana in kako rada jo ima. Zahvalila se ji je in se ravnala po njenem nasvetu. Takoj, ko je legla v posteljo, je že trdno zaspala.

Tudi Viktorija je obiskovala svojo botrico in se tresla za njeno življenje. Zdaj je imela zelo malo časa, ker so se že začeli izpiti. Skoraj cel teden je ostajala v Ljubljani pri Sari in Petri, da so se skupaj učile. Večkrat je prišel na obisk tudi Pavel. Z Viktorijo sta se vedno bolj zblíževala. Drug drugemu sta bila zelo všeč. Včasih so šli skupaj v kino, potem pa domov na klepet. Včasih je pospremil Viktorijo v bolnišnico na obisk. Počakal jo je v bolnišničnem bifeju ob soku in branju časopisa.

Ob sobotah so vedno hodili na študentski ples in zdaj je Pavel plesal le z Viktorijo. Ko so zaigrali počasni valček, jo je objel in močneje stisnil k sebi. Ni se mu umaknila, ampak se je še tesneje stisnila k njemu. To ga je opogumilo in vprašujoče se je zazrl v njene lepe oči. Nežno, rahlo jo je poljubil na lice. Neka neznana sila je združila njune ustnice v dolg poljub. Viktorija je imela občutek, da plava. Mislila si je, da se ji je odprlo nebo. To je bil zanjo čudovit, neznan občutek. Spoznala je, da je to tisto pravo, ljubezen, po kateri je že dolgo hrepenela. V tem trenutku se je zanj ustavil čas, zdelo se je, da se sploh ne zavedata, kaj se dogaja okoli njiju. Šele Sarin glas ju je predramil: "Ej vidva, golobčka, čas bo, da gremo domov, saj je že pozno!" Pred stanovanjem sta se poslovila. Spet jo je poljubil in ji rekel: "Viktorija, rad te imam!" "Tudi jaz tebe! Srečna sem! Lahko noč!"

Ko je potem sedla k knjigi, ni vedela, kaj bere. Strmela je predse in sanjala z odprtimi očmi. Raje je šla spat in še dolgo v noč premišljevala o tem, kaj je doživela. Zelo je bila presenečena, saj ni pričakovala, da je ljubezen tako lepa, da človeka zasvoji, kot mamilo. Vsa omotična je zjutraj vstala, a bila je srečna. Pogledala je skozi okno, danes je bila še siva megla bolj prijazna kot prejšnje dni. Sara in Petra sta še ležali, zato je pričela pripravljati zajtrk. Hitro se je še oprhala in oblekla, nato ju je poklicala. Sedle so k zajtrku in vmes še ponavljale snov za izpit. Viktorijin telefon je zazvonil: "Dobro jutro, ljubezen moja! Kako si spala? Pošiljam ti poljub in dobre želje za izpit. Mislil bom nate!" "Hvala! Kako lep je občutek, da nekdo misli nate! Tudi jaz ti vračam poljub. Nasvidenje!" Sara in Petra sta opazili, da je njen zasanjan pogled spet odplaval daleč proč. "Vaju je pa pošteno zagrabilo! Nikoli ne bi mislila, da bo moj resni bratec tako zaljubljen. Tebi se pa vidi, da plavaš nekje v oblakih. Stopi dol, saj nas danes čakajo težki izpiti!" je moledovala Sara. Petra pa je bila tiha in zamišljena. Potihem je vedno mislila, da bo Pavel izbral njo. Čisto potihem ga je ljubila, a zdaj je spoznala, da ga je izgubila. Bilo ji je žal,

a vseeno je Viktoriji privoščila srečo. Odpravile so se, in vse svoje misli posvetile le izpitu.

Ko je bilo vsega konec, so bile zadovoljne. Imele so dober občutek in vedele so, da so izpit opravile. Zmenile so se, da bodo zjutraj odšle k Viktoriji domov. Z njimi bo šel tudi Pavel. Zdaj pa je Viktorija odšla še v bolnico, na obisk k Mariji. Bila je vesela, saj sta zdaj že lahko spregovorile nekaj besed. Stanje bolnice je dobro napredovalo. Zdravnik je priporočil, naj z njo čim več govorijo. Tudi logoped je delal z njo, kajti posledica možganske kapi je bila, da si je poškodovala center za govor. Kar dolgo je bila na obisku, ko pa je prišla ven, jo je pred vhomom čakal Pavel. Povedal ji je, da sta mu Sara in Petra povedali, kje je. Zato jo je čakal, če bi jo zgrešil, bi pa šel domov. Prijela sta se za roke in vsa srečna odšla v kino. Film je bil ljubezenski, in oba sta uživala. Ko jo je pospremil do stanovanja, ga je spomnila, naj zjutraj ne zamudi, saj grejo k njej v Dvor. Tam bodo eno noč prespali. Oba sta se že veselila, da bosta lahko skupaj dva dni. Spet jo je nežno in plašno poljubil in ji zaželel prijetno spanje. Viktorija je spoznala, da ga takoj, ko gre, že pogreša. Sama sebe ni več prepoznala. Bila je čisto drug človek, srečna in do ušes zaljubljena. Zgodaj zjutraj so se naložili v Viktorijin avto in se odpeljali na deželo. Dobre volje so bili in vso pot klepetali. Kmalu so prispeli na želeni cilj. Seveda so se najprej ustavili pri Ani. Zmenili so se, da bodo mladi prespali pri njej, v nekdanji Tonetovi sobi obe dekleti, Pavel pa v eni manjši sobi na podstrehi. Ta sobica je bila Viktoriji še posebej všeč, saj je imela izhod na lesen balkon, kjer so bogato cveteli in dišali nageljni. Na te je posebno skrbno pazila Ana. Ta prijetni vonj je Viktorijo spremljal vsepovsod. Nešteto ur je preživela na tem balkonu. To je bil kotiček, kamor se je lahko umaknila pred vsem svetom, kjer je jokala, sanjarila in se jezila. Tudi Pavel se je takoj zaljubila v to lepoto, ki je Viktoriji veliko pomenila. Vsi skupaj so se zbrali pri Ani v kuhinji, kjer jim je pripravila zajtrk. Mladi ljudje so ji bili takoj

všeč, vzela jih je za svoje. Še posebej Pavel je osvojil njeno srce, saj je saj je znal poskrbeti za dobro vzdušje. Namesto Ane je pospravil mizo, skuhal kavo, nenehno klepetal, posebno pozornost in ljubezen pa je izkazoval Viktoriji. S svojim obnašanjem je čisto osvojil staro ženiško. Ta je bila presrečna, ko je videla, da je njena Viktorija spet vzcvetela kot roža, da se ji svetijo oči iz katerih sije ljubezen in sreča. Ana je opravičila Kristino in Toneta, ki sta šla v Ljubljano poskrbet za Marijino stanovanje. Popoldne pa bosta šla še na obisk v bolnico. Za zvečer pa je vse skupaj povabila na piknik. Prosila je dekleta, če bi ji lahko pri pripravi pomagale. Seveda so vse takoj obljubile. Zmenili so se, da bodo odšli na izlet v Šmarno goro. Tudi Ano so povabili, a je odklonila: "Saj veste, da moje noge niso več za v breg. Bom raje ostala doma, da si nabere moči za zvečer. Vas pa prosim, da za moje zdravje potegnete zvonček, preden boste prišli na vrh." Preden so odšli, je Viktoriji v žep potisnila nekaj denarja: "Na, boš svoje prijatelje na vrhu malo pogostila! Pa še za piti kaj kupi!" Zahvalili so se in odšli.

(se nadaljuje)

Olga Marinšek Kepic

VABILO ZA OKTOBER 2011 – DSO Preddvor

- **ROČNA DELA** – ponedeljek in četrtek ob 9.15 uri v delovni terapiji
- **PEKA PIŠKOTOV**- ponedeljek ob 10. uri v dnevnem prostoru
- **VAJE ZA VADBO SPOMINA** – ponedeljek ob 11. uri v delovni terapiji
- **DRUŽABNE IGRE** – torek ob 9.30 uri v dnevnem prostoru
- **SKUPINE ZA SAMOPOMOČ** – torek ob 10.15 uri
- **KRIŽANKA** - četrtek ob 13.10 uri v delovni terapiji
- **KNJIŽNICA** – četrtek od 14.–14.30 ure
- **PREPEVANJE NARODNIH PESMI** – petek ob 9.30 uri v dnev. prost.
- **MOLITVENA URA** – petek ob 10.30 uri v Josipinini sobi
- **MASAŽA STOPAL na aparatu BioSinhron** – od poned. do petka ob 7.00, 7.30 in 12. uri v delovni terapiji
- **JUTRANJA TELOVADBA** –
novi dom – od ponedeljka do petka ob 8.50 uri
grad pritličje – od ponedeljka do petka ob 7.45 uri
grad 3. nad. – ponedeljek, sreda in petek ob 8.45 uri

OGLED KOMEDIJE »TAŠČA SE VRAČA« -

sobota, 1. oktober ob 19. Uri v Kulturnem domu Naklo

SPREHOD DO JEZERA ČRNAVA –

ponedeljek, 3. oktober dopoldne

KOSTANJEV PIKNIK z učenci Osnovne šole Preddvor –

sreda, 5. oktober ob 10. uri na terasi

Z BESEDO IN SLIKO SKOZI ČAS z Mirjano Debelak -

četrtek, 6. oktober ob 9. uri v delovni terapiji in

sreda, 19. oktober ob 10. uri v delovni terapiji

KVIZ s stanovalci Doma Petrovo Brdo –

ponedeljek, 10. oktober ob 9.30 uri v delovni terapiji

BRANJE ZGODB z Olgo Kepic -

ponedeljek, 10. oktober ob 15. uri v dnevnem prostoru

PEVSKO DOPOLDNE z Ignacem Gorjancem –

sreda, 12. oktober ob 10.30 uri v dnevnem prostoru

IZLET V BOHINJ (ogled razstave ročnih del v Domu v Srednji vasi ...) - za stanovalce, ki pomagajo pri hišnih opravilih –

sreda, 12. oktober

MAŠA –

petek, 14. oktober ob 10.30 uri v Josipinini spominski sobi

ZGODOVINSKI KROŽEK z Markom Ogrisom -

ponedeljek, 17. oktober ob 14. uri v delovni terapiji

PREDAVANJE ZA SVOJCE O DEMENCI –

sreda, 19. oktober ob 17. uri v dnevnem prostoru

PEVSKO DOPOLDNE s harmonikarico Darjo Jelenc -

petek, 21. oktober ob 9.30 uri v 1. in 2. nadstropju gradu

PRAZNOVANJE ROJSTNIH DNI za stanovalce rojene v oktobru s harmonikarico Darjo Jelenc -

petek, 21. oktober ob 10.30 uri v dnevnem prostoru

KONCERT PEVCEV DRUŽINE ŠTER –

petek, 21. oktober ob 14.30 uri v dnevnem prostoru

KVIZ z Olgo Kepic -

četrtek, 27. oktober ob 10.30 uri v dnevnem prostoru

KONCERT LJUDSKIH PEVK IZ TRBOJ –

četrtek, 27. oktober ob 16. uri v dnevnem prostoru

V primeru nepredvidenih dogodkov se bo načrtovani program spremenil.

Program pripravila:

Irma Čebašek, delovna terapevtka

Uredniški odbor:

*Irma Čebašek, delovna terapevtka, DSO Preddvor
Mirjana Debelek, profesorica, zunanja sodelavka*

VABILO ZA OKTOBER 2011- enota Naklo

- **SKUPINA ZA SAMOPOMOČ TROBENTICE** z Marijo Jereb -
srede ob 10.30 uri v delovni terapiji
 - **MOLITVENA URA** z Magdo Gros in Marijo Čadež -
četrteki ob 10.30 uri v kapeli
 - **ROČNA DELA** -
petki ob 10. uri v avli
 - **TELOVADBA** -
torki ob 8.00 uri v 1. nadst. in ob 8.50 uri v avli
petki ob 8.00 uri v 1. nadst. in ob 11.45 uri v avli
 - **IZPOSOJA KNJIG** – vsak dan v recepciji
-

DRUŽABNO DOPOLDNE – medgeneracijsko druženje ob
mednarodnem dnevu starejših –
sobota, 1. oktober ob 10.

OGLED KOMEDIJE »TAŠČA SE VRAČA« -
sobota, 1. oktober ob 19. Uri v Kulturnem domu Naklo

BRALNA URA s Faniko Pagon –
ponedeljek, 3. oktober in ponedeljek 17. oktober
ob 10.30 uri v delovni terapiji

SPREHOD IN DRUŽENJE OB KAVI –
torek, 4. oktober – odhod ob 10. uri

NASTOP FOLKLORNE SKUPINE DU NAKLO –
sreda, 5. oktober ob 16. uri pred Domom

sv. MAŠA –
četrtek, 6. oktober ob 10.30 uri v kapeli

REZANJE KOSTANJA –
ponedeljek, 10. oktober ob 10.30 uri v avli

KOSTANJEV PIKNIK s harmonikarico Darjo Jelenc –
torek, 11. oktober dopoldne

Z BESEDO IN SLIKO SKOZI ČAS z ga. Mirjano Debelak -
sreda, 12. oktober ob 10.30 uri v delovni terapiji

KUHARSKO DOPOLDNE (peka jabolčnega zavitka) -
torek, 18. oktober ob 10.00 uri v avli

**RAČUNILNIŠKI TEČAJ - v okviru vseslovenskega
prostovoljskega projekta Simbioza@ -**
od 17. – 21. oktobra (za točne dneve in ure se še
dogovarjamo) v dnevnem prostoru v pritličju

ZGODOVINSKI KROŽEK z Markom Ogrisom -
ponedeljek, 24. oktober ob 10.30 uri v delovni terapiji

V primeru nepredvidenih dogodkov se bo načrtovani program spremenil.

Program pripravila:
Irma Čebašek, delovna terapevtka



Simbioza@ e-pismena Slovenija je letos največji prostovoljski projekt, ki temelji na **medgeneracijskem sodelovanju, solidarnosti in vzpodbujanju vseživljenjskega učenja**. V tednu med 17. in 21. oktobrom 2011 bodo mladi prostovoljci na brezplačnih delavnicah po različnih lokacijah po vsej Sloveniji starejše generacije popeljali v svoj svet, ki ga v veliki meri zaznamuje prav računalnik. Starostniki so vedno pogosteje odrinjeni na rob družbenega dogajanja, ker za razliko od mladih ne morejo oziroma ne znajo slediti vsem spremembam okoli sebe. Evropska komisija je leto 2011 razglasila za evropsko leto prostovoljstva, leto 2012 pa za evropsko leto aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti. To, da je prostovoljstvo v Sloveniji živo in da Slovenci znamo stopiti skupaj za skupen cilj, smo dokazali že v lanskoletni akciji Očistimo Slovenijo v enem dnevu. V tem duhu so se organizatorji odločili, da prepletejo dve evropski leti in s tem naslovijo dve družbeno pomembni tematiki, kamor so vključili tudi problematiko računalniške nepismenosti starejše populacije.

Uredniški odbor:

Irma Čebašek, delovna terapevtka, DSO Preddvor
Mirjana Debelek, profesorica, zunanja sodelavka

