



Koroški dom
starostnikov

SENIOR

Oktober 2022, številka 13



GLASILO KOROŠKEGA DOMA STAROSTNIKOV, POSLOVNE ENOTE SLOVENJ GRADEC



Izdajatelj:
KDS, PE Slovenj Gradec

Uredniški odbor:

Maja Gregorič
Ernest Kobolt
Mirko Rotovnik
Marija Bezjak
Jožef Pušnik
Anita Ruhitel
Sandra Pavše
Maša Mlačnik
Mija Gaber
mag. Marjana Kamnik
Katja Pavlinič Šoba

Fotografije:

fotobeležnica - Nika Hölbl Praper,
Arhiv KDS PE Slovenj Gradec

Lektorica:

mag. Irena Oder

Oblikovanje in grafična priprava:

fotobeležnica, Jure Praper

Tisk:

GRAL, digitalna kreativna agencija, d. o. o.

Naklada:

400 izvodov

Uredništvo:

Celjska cesta 24,
2380 Slovenj Gradec
tel.: 02 88 46 435

Uredniški odbor si pridržuje pravico do spremembe naslova, izbire in krajšanja prispevka ter izbor fotografij za objavo.



**Katja
Pavlinič
Šoba,**
direktorica



**Tilen
Klugler,**
župan Mestne občine
Slovenj Gradec

Spoštovani!

Pregovor pravi, da je dom tam, kjer je doma srce, in srce se v slovenjgraški enoti vsekakor čuti.

Stanovalci, zaposleni in svojci soustvarjajo okolje, kjer je vzdušje prijetno, kjer se vsakdanje aktivnosti vpletajo v življenje stanovalcev in jih plemenitijo; kjer vsak najde nekaj, kar ga bogati, mu pomaga ohraniti individualnost in vsaj del življenja, kot ga je živel pred prihodom v naš Dom.

Čeprav se morda zdi, da se človek hitro izgubi v instituciji, pri nas šteje vsak. Vsak je za nas pomemben in vsakemu se posvetimo, a vendar lahko le vsi skupaj ustvarjamo skupnost, ki nas bogati. Soočanje z izzivi starosti postane lažje, bremena se porzdelijo, glasba vstopi v prostor, kjer je morda že nekaj časa tišina.

Ko dobimo občutek, da je jesen tisti čas, ko se narava pripravlja na počitek in so rože že zdavnaj odcvetele, posije tisto jesensko toplo sonce, ki barvitost listja prikaže v vsej njegovi lepoti, in nekaj, kar se je še zjutraj v meglici zdelo sivo, postane navdih za življenje. In ravno tako je v našem Domu; ko že misliš, da so ptice odletele, ravno najlepša sede na tvoje okno in ti zapoje čudovito melodijo.

Vse dobro.

**Spoštovani stanovalke in stanovalci,
obiskovalke in obiskovalci, sodelavke in
sodelavci, prostovoljke in prostovoljci,**

september je mesec slovenjgraškega občinskega praznika, vsako leto pa se na pragu meteorološke jeseni z dogodki, s to revijo ter z različnimi drugimi projekti in prireditvami spomnimo tudi obletnice odprtja našega doma starostnikov. Ta praznični čas odseva siceršnji domski utrip, ki ga spremljam z veseljem in s ponosom. Radosti me, da mnogotere kvalitete slovenjgraškega doma starostnikov prepoznavajo tudi obiskovalci od drugod in tisti, ki spremljajo dejavnost institucij na področju socialne oskrbe. Vesel sem, da se vse tisto, kar dobrega, pozitivnega tako ali drugače že leta in desetletja gradimo v naši lokalni skupnosti, odraža tudi v našem domu starostnikov. V mestu glasniku miru, v odprtem mestu kulture, si ves čas močno prizadevamo, da oblikujemo okolje, kjer kot najvišje vrednote ohranjamo in uveljavljamo medsebojno spoštovanje ter čut za soljudi, kjer želimo zapisano v listinah o človekovih pravicah, v strategijah in zavezah pa tudi v slovenski ustavi udejanjati v vsakdanjiku. Vsak človek si zasluži kar se da kvalitetno življenje, enakovredno obravnavo in vključenost v družbo, vsakemu človeku moramo omogočiti, da ohranja svoje dostojanstvo, ne glede na okoliščine, ki krojijo njegovo usodo. Nihče se med nami ne bi smel počutiti manjvreden ali osamljen, prepuščen samemu sebi!

S sodelavci v občinski upravi se trudimo, da vsem našim zavodom zagotavljamo dobre pogoje za delovanje, a se ob tem zavedamo, da – sicer nujno potrebni – lepi, sodobno opremljeni prostori, finančna sredstva, podporni programi in projekti in še kaj, ne pomenijo veliko, če jih ne uporabljajo, upravljajo, vodijo pravi ljudje. Tako je! Ključni s(m)o ljudje! Ravno tu se torej skriva ključ, ki stavbo spremeni v dom, ki naš dom starostnikov uvršča med najboljše



domove za oskrbo starejših. Dom starostnikov v Slovenj Gradcu v pravi in topel dom spreminjate vsi tisti, ki vas nagovarjam na začetku tega kratkega zapisa in še številni drugi, ki jih zgornji nagovor morda ni zajel. Vsem vam se iskreno zahvaljujem in vam sporočam, kako zelo cenim vaše delo, vašo predanost in sposobnost, da s skupnimi močmi uspešno prestopate ovire ter vedno dajete od sebe vse, kar je potrebno. Marsikdo bi se lahko marsikaj naučil od vas!

Življenje v domu je kot življenje samo: so lepi in manj lepi trenutki, so veseli in žalostni dnevi, a vi s svojo življenjsko modrostjo in izkušnjami znate tudi v slabih stvareh najti kaj pozitivnega, navdih, novo moč in energijo. V deževne dni prinašate sonce in tudi kakšno nevšečnost, težavo, nerodnost pospremite s kančkom zdravega humorja.

Tako morda vaš pristop, vaše delo, vaše življenje in značaj našega doma starostnikov še najbolj oriše eden od vaših izvirnih projektov, ki ste ga poimenovali »Ključne osebe«. Biti empatičen, pustiti se spoznati in pustiti si spoznavati, sprejemati, podariti razumevanje, sebe, svoj čas ... Ni stvari, ki bi lahko bila vredna več! Želim si, da bi se znalo z izzivi, ki jih življenje nenehno postavlja pred nas, tako kakor vi, soočati čim več ljudi. Sistematično in premišljeno, celostno, z mislijo na vse tisto, kar nas opredeljuje: fizično, socialno, čustveno, duhovno. Kot

je v svoji slavni pesmi zapisal John Dunne: »No man is an island.«*

Ker nihče od nas ni otok in ker »ko zvoni komurkoli, zvoni tudi meni«, srčno upam, da bomo v naši mladi državi čimprej našli vse odgovore in pravi način za vzpostavitev takšnega sistema »dolgotrajne oskrbe«, kot si ga najstarejši in drugi pomoči potrebni med nami zaslužijo in bo hkrati pošten tudi do vseh zaposlenih v sistemu socialnega varstva in zdravstva. Prav tako upam, da smo se v zadnjem obdobju, ko smo se srečali z za nas povsem novimi okoliščinami, naučili dovolj, da bomo ob morebitnih novih »valovih« epidemije, draginje ali ob kakršnihkoli drugih bolj ali manj (ne)pričakovanih spremembah, dobro pripravljeni ter bomo znali učinkovito in kvalitetno poskrbeti za vse, v prvi vrsti pa za najbolj ranljive in najbolj obremenjene, ter jim tudi v »izrednih razmerah« omogočali kolikor se da »normalne« dni in noči.

Z dobrimi željami in s trdno vero v to, da bomo skupaj zmogli ustvarjati nove in nove razloge za veselje, zadovoljstvo in ponos, vam ob »rojstnem dnevu« vašega in našega doma starostnikov iskreno čestitam!

Uspešno in srčno naprej!

*Noben človek ni otok. (ang.)



**mag.
Marjana
Kamnik,
vodja enote**

Soustvarjamo prave poti

Štirinajst let življenja in dela, štirinajst let trenutkov, premnogih nasmehov, stiskov rok, besed zahvale, izrazov spoštovanja, tudi bolečine, solz in skrbi.

1. oktobra 2008, ko smo v poslovni enoti Koroškega doma starostnikov v Slovenj Gradcu sprejeli prva dva stanovalca, je izjemno lepa zgradba postala dom za mnoge ljudi. Dom, kjer stanovalci kvalitetno preživljajo del svojega življenja in dom, kjer delavci plemenitijo svoja znanja. Od prvega dne delamo kot ekipa. S stanovalci in sorodniki usklajujemo mnenja in soustvarjamo prave poti. Soustvarjamo jih s sodelavci, ki se zavedajo, da smo tu zaradi stanovalcev in ki svoje delo opravljajo z veliko mero spoštovanja, prijaznosti in strokovnosti. Soustvarjamo jih s sorodniki, strokovnjaki in podporniki našega dela iz lokalnega okolja, Slovenije in tujine.

Glede na zadovoljstvo in odzive stanovalcev ter uporabnikov pomoči na domu lahko rečemo, da nam uspeva. Ekipa pomoči na domu prizadevno opravlja svoje delo in starim ljudem omogoča, da jesen življenja preživijo med svojimi bližnjimi v domačem okolju, stanovalcem v Domu pa z vso ljubeznijo in razumevanjem skušamo pričarati toplino doma.

A vendar se je v zadnjih treh letih marsikaj spremenilo. Nепrestano nas je strah, da se bo ponovilo obdobje,

ki je bilo nepredstavljivo naporno. Ne govorim samo o ukrepih, povezanih z okužbami, ki so lahko bili tudi izziv in priložnost za učenje, govorim o posledicah epidemije, ki so zarezale bolj, kot se zavedamo. Govorim o skrbi za stanovalce, uporabnike, sodelavce in nasploh za soljudi, ki s to skrbjo postaja bistveno bolj zahtevna.

Močno si želim, da bi celotna skupnost, tako stanovalci kot svojci, imela razumevanje za te skrbi in težko delo, ki ga sodelavci vse dni v letu, podnevi in ponoči, ob delavnikih in praznikih, v vročini in mrazu, opravljajo z veliko mero prizadevnosti in spoštovanja.

A vendar, ko z distance pogledam na to obdobje, sem ponosna na vse, kar smo naredili v tem času. In tega ni malo. Naše strokovno delo je prepoznano po vsej Sloveniji, mnoge naše dobre prakse se uvajajo v drugih okoljih.

Želim si, da tako tudi ostane.

Lepa in iskrena hvala vsem za razumevanje, sodelovanje, odlično delo in podporo.



Vsak od nas se kdaj znajde v dilemi,



ali svoje starše preseliti v dom za starejše ali ne. Pri tem se pojavljajo različni dvomi in soočamo se z nasprotujočimi si mislimi, predvsem pa se naša odločitev osredotoča na dejstvo, kako dobro našim staršem služi zdravje: ali jim še služi tako dobro kot nekoč. Glavna želja, ki nas obdaja ob vseh teh dilemah, je, kako zagotoviti čim večjo varnost in čim boljšo zdravstveno oskrbo svojim staršem, sebi pa na ta način prihraniti obilo skrbi. Prav tako se ni lahko sprijazniti s tem, da starši niso več sposobni skrbeti sami zase ter živeti samostojno in varno kot nekoč. Težko se je soočiti z dejstvom, ko starši postanejo nemočni in odvisni od tuje pomoči in pri tem je odločitev za preselitev v dom vsekakor prava odločitev.

Moja mama je pri tem prav gotovo imela veliko srečo, ko se je preselila v Koroški dom starostnikov Slovenj Gradec. Meni pa se je ob tako ljubeznivem sprejetju, skrbi za njeno počutje ter izvrstni oskrbi odvalil kamen od srca. Že ob sprejemu nas je pričakala direktorica, ga. Marjana Kamnik, s sodelavci, ki so se izjemno potrudili olajšati ovire pri prilagajanju na nov način življenja. S pomočjo strokovnih delavcev v Domu moja mama pri tem ni imela posebnih težav. Praktično je na novo zaživela, vse njene težave so zaradi dobrega počutja v novem domu praktično

izginile. Dobila je veselje do življenja, udeležuje se vrsto aktivnosti, ki jih organizira Dom, posebej jo navdihujejo umetniške in kulturne delavnice ter dogodki, zelo rada se druži s svojimi vrstniki.

Dejstvo je, da starejšemu človeku lahko veliko pomagajo svojci, ki mu stojijo ob strani pri sprejemu v dom, v največji meri pa so v Koroškem domu to vlogo prevzeli zaposleni, ki so ves čas v neposrednem stiku s stanovalci in s svojo nesebično pomočjo, srčnostjo, empatijo in veliko mero razumevanja polepšajo bivanje v domu. Odprtost, komunikativnost, pozitivna energija, pripravljeni pomagati, razumni, čuječi in aktivni v svojem opazovanju z dejanji ter s svojo nesebično pomočjo gre vsemu osebju Doma, vsakemu posebej, ena velika iskrena hvala od srca. Te hvaležnosti ne premore izraziti nobena beseda, premore le občutek in iskren pogled v oči, ki razodene tisoče besed in marsikateri občutek hvaležnosti, ki ni in nikoli ne bo ubeseden. Ko obiščem mamo, se nama osebje pridruži in skupaj poklepetamo. Ti zaposleni ne opravljajo samo službe, osebno so predani vsem stanovalcem in za vsakega od njih se v njihovem srcu najde mesto zanje. To se enostavno ve, enostavno se to čuti. Njihovo vlogo vidim kot poslanstvo, saj s svojim nesebičnim delom izboljšujejo kvaliteto bivanja vseh stanovalcev. Vedno znova se veselim obiskov v Slovenj Gradcu in ko se peljem iz Ljubljane v Slovenj Gradec, imam občutek, da se vračam na obisk, kjer imajo mnogi dom. Hvala zaposlenim v Koroškem domu starostnikov za odlično delo in skrb za vse stanovalce.

*Roman Vozel,
sorodnik stanovalke*

Skupaj k istim ciljem



Koroški dom starostnikov v Slovenj Gradcu je vključen v mednarodni projekt E-Qalin.

Pohvalno je, da so se odločili sodelovati v projektu, ker so s tem pokazali, da jim ni vseeno za stanovalce, za to, kako živijo, kako se

počutijo in sodelavce, v kakšnih pogojih delajo, kako se počutijo v svoji delovnem okolju.

Ker sem kot hčerka, katere mama je stanovalka tega Doma, prvič slišala za ta projekt, sem z veseljem sprejela povabilo k sodelovanju v skupini za kakovost, ki jo sestavljajo - poleg vodje kakovosti Vesne Gologranc in vodje poslovne enote Slovenj Gradec mag. Marjane Kamnik - tudi predstavniki vseh služb in predstavnik stanovalcev.

S sodelovanjem v tej skupini sem spoznala prednosti, ki jih prinaša projekt za stanovalce, njihove svojce in zaposlene. Dobila pa sem tudi celosten vpogled v delovanje Doma.

Vključitev v projekt E-Qalin prinaša prednost stanovalcem, zaposlenim in ustanovi.

Omogoča dvig kakovosti bivanja, oskrbe in nege, dela, izobraževanja, socialnih storitev in krepi zadovoljstvo pri vseh vključenih.

Stanovalce in svojce vključuje v načrtovanje procesov v Domu. Udeležba stanovalcev v skupini je zelo dobrodošla, saj predstavljajo pogled na procese, na katere zaposleni včasih niso dovolj pozorni.

Zaposlenim pomaga, da s pomočjo samoocenjevanja vidijo svoj delež pri kakovostnem delovanju ustanove in jih s tem motivira za boljše delo.

Skupina za kakovost se je sestajala ob ponedeljkih. Delo in komunikacija sta potekali v sproščenem vzdušju, za kar gre velika zasluga vodji kakovosti in vodji Doma, ki predvsem spodbujata zaposlene in uporabnike h kritičnemu razmišljanju in predlaganju izboljšav in sprememb. Vodja nato zagotovi njihovo udeležbo, saj to pripomore k boljši kakovosti dela in boljšemu počutju stanovalcev.

Vsem udeležencem projekt daje možnost, da lahko svoje pripombe usmerijo v iskanje rešitev. Vse to pa vpliva k pozitivni spremembi dela v organizaciji.

V okviru modela kakovosti E-Qalin tudi spremljajo zadovoljstvo uporabnikov in svojcev ter zadovoljstvo zaposlenih, ker se zavedajo, da je potrebno nenehno preverjati, ali to, kar počnejo, in način, kako delajo, zadovoljuje vse udeležence. V ta namen pripravijo vprašalnik, s pomočjo katerega dobijo vpogled v področja zadovoljstva, pa tudi odkrivajo področja, ki jih je potrebno izboljšati. Z rezultati raziskave nato seznanijo delavce, uporabnike in svojce.

Na dobro sodelovanje in počutje vseh, ki sodelujejo v tem projektu, vsekakor vplivata pozitivna klima v Domu in dobra komunikacija med vsemi udeleženci. S sodelovanjem in z opazovanjem lahko zagotovim, da lahko vsi udeleženci pripomoremo s svojimi predlogi in predlaganimi rešitvami k temu, da se starostniki, ki preživljajo svoje zadnje, tretje življenjsko obdobje, počutijo dobro.

Vodstvo, zaposleni, svojci, prijatelji ... vsi lahko prispevamo k temu, da se naši najdražji počutijo ljubljene in koristne. Največ, kar jim lahko damo, so ljubezen, strpnost, občutek varnosti in topline.

Zato, hvala vsem, ki se trudite, da bi bil dan naših najdražjih izpolnjen z drobnimi pozornostmi in nasmehom.

Zadovoljstvo vseh udeležencev, tople besede in nasmehi na obrazih povedo vse.

Zato še enkrat, hvala vam.

*Tatjana Krpač
hčerka stanovalke*

Za večjo kakovost življenja stanovalcev in boljše delovno okolje



Kakovost življenja stanovalcev je v Koroškem domu starostnikov PE Slovenj Gradec zelo pomembna. Že od odprtja Doma skušamo čim bolj izboljšati izvajanje vseh procesov, ki potekajo tako za stanovalce, zaposlene in sorodnike.

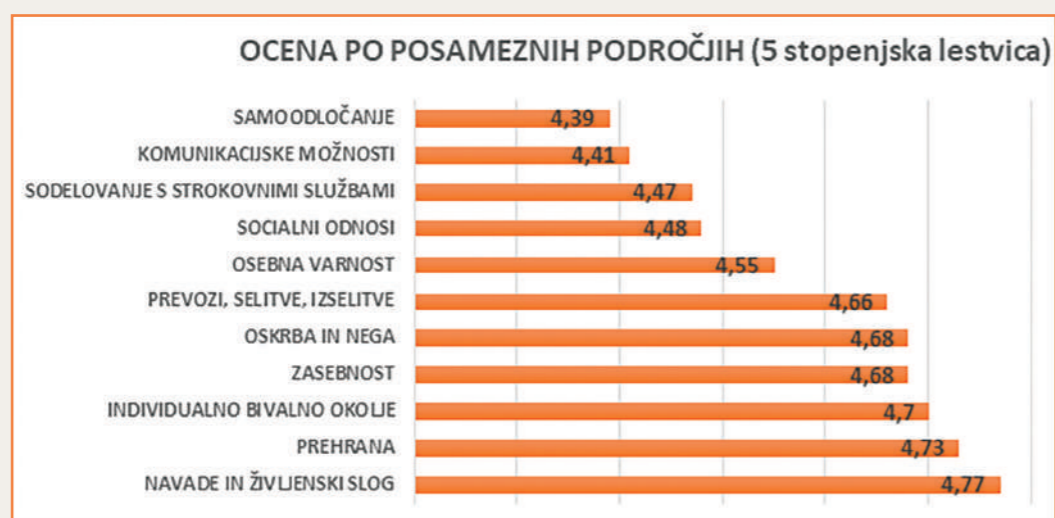
E-Qalin, vseevropski model kakovosti za domove, nam pomaga, da skupaj s stanovalci, sorodniki in zaposlenimi predelujemo načrte, odkrivamo težave in iščemo rešitve.

S sistemom spremljanja zadovoljstva stanovalcev, svojcev in zaposlenih z vključitvijo v standardizirano raziskavo merjenja zadovoljstva (Skupina FABRIKA d. o. o) lahko spremljamo trende skozi leta. Zbrani podatki nam omogočajo oz. so osnova za nenehno izboljševanje procesov dela in zagotavljanje večjega zadovoljstva.

Merjenje zadovoljstva za leto 2021

STANOVALCI

Pri anketiranju je sodelovalo 38 stanovalcev. Anketiranje je izvedla nevtralna oseba (študentsko delo). Povprečna ocena zadovoljstva je znašala 4,59 na 5-stopenjski lestvici. Kot je iz grafa razvidno, najvišjo oceno zadovoljstva beležimo na področju navad in življenjskega sloga, in sicer 4,77. Najnižjo oceno zadovoljstva pa beležimo na področju samoodločanja, in sicer 4,39.



SVOJCI

Vrnjenih je bilo 38 anketnih vprašalnikov. Povprečna ocena zadovoljstva je znašala 4,44 na 5-stopenjski lestvici. Iz grafa je razvidno, da najvišjo oceno zadovoljstva svojci pripisujejo zasebnosti, in sicer 4,63. Najnižjo oceno zadovoljstva pa področju izgleda doma, in sicer 4,32.



ZAPOSLENI

Pri izvedbi anketiranja je sodelovalo 40 zaposlenih. Povprečna ocena zadovoljstva za leto 2021 je znašala 4,39. Najvišjo oceno zadovoljstva zaposleni ocenjujejo na področju učnih procesov, in sicer 4,49. Najnižjo oceno zadovoljstva pa na področju psihičnega zdravja, in sicer 4,22.



Prav tako smo s pomočjo standardizirane raziskave merjenja zadovoljstva preverjali zadovoljstvo na POMOČI NA DOMU.

UPORABNIKI POMOČI NA DOMU

Povprečna ocena zadovoljstva je znašala 4,62. Pri primerjavi ocene zadovoljstva z oceno v predhodnem merjenem obdobju ugotovimo, da se je ocena zadovoljstva uporabnikov zvišala.



SVOJCI UPORABNIKOV POMOČI NA DOMU

Vrnjenih je bilo 18 anketnih vprašalnikov. Pri primerjavi letošnje ocene zadovoljstva z oceno v prejšnjem merjenem obdobju ugotovimo, da se je ocena zadovoljstva svojcev zvišala.

ZAPOSLENI NA POMOČI NA DOMU

Povprečna ocena za leto 2021 znaša 4,32. Pri primerjavi ocene zadovoljstva z oceno v predhodnem merjenem obdobju ugotovimo, da se je ocena zadovoljstva pri zaposlenih znižala.



Vesna Golgranc,
fizioterapevtka



Projekt čiščenja

Metka Žitnik in Vesna Jurkošek

Preprečevanje okužb, povezanih z zdravstveno dejavnostjo, je eden od poglobitvenih ciljev pri zagotavljanju kakovostne in varne oskrbe stanovalcev. Temelj preprečevanja okužb je osnovna higiena, tako prostorov, opreme in površin kot higiena rok.

Kot strokovnjakinji s področja higiene, preprečevanja in obvladovanja okužb ter odličnosti sva vašemu zavodu ponudili svojo strokovno pomoč pri pripravi celostnega programa zagotavljanja higiene na najvišjem kakovostnem nivoju izvedbe z minimalno porabo časa, energije in stroškov.

Čiščenje je zelo kompleksen proces, ki ga lahko kvalitetno opravlja le za to dobro izobražen kader, ki sledi vsem veljavnim smernicam in predpisom, zato bova pripravili tudi izobraževanja in praktične delavnice za izvajalce čiščenja.

Ker je vodstvo Doma prepoznalo potrebo po dvigu kvalitete izvajanja in zagotavljanja celostnega higienskega področja, sva julija to leto postali vaši zunanji svetovalki.

Ker naju boste v Domu videvali vsaj enkrat tedensko, je primerno, da se vam tudi predstaviva. Sva Metka Žitnik in Vesna Jurkošek.

Metka je po izobrazbi magistrica zdravstvene nege, samostojna podjetnica in svetovalka, ki se zelo veliko izobražuje tako doma kot tudi v tujini. Opravljeni ima dve specializaciji, ena izmed teh je s področja obvladovanja in preprečevanja okužb, povezanih z zdravstvom.

Zadnja leta se v okviru svoje 18-letne kariere v zdravstvu posveča predvsem projektному delu doma in v Avstriji, kjer je zadolžena za optimizacijo

dela in izboljšavo sistemov ter uvajanje sprememb in izboljšav v ustaljene prakse.

Zelo aktivna je kot predavateljica na različnih svetovnih kongresih, kot npr.; Equi, EFPC, Wonca, Robert Bosch Stiftung Institut, idr. Pogosto predava na teme, vezane na interakcijo ljudi, komunikacijo in vplive na posameznika v povezavi s strokovnimi zdravstvenimi temami.

V prostem času je mama umetniškemu 11-letniku in človek, ki vedno išče nove poti naprej in boljši jutri.

Vesna je dipl. sanit. inženirka, samostojna svetovalka, s končanim podiplomskim študijem preprečevanja okužb, povezanih z zdravstvom; je strokovnjakinja s področja higiene in preprečevanja okužb.

Že več kot 30 let pomaga zdravstvenim, socialno-varstvenim in vzgojno-varstvenim ustanovam, javnim zavodom in delovnim organizacijam reševati izzive na področju preventive in higiene. Je avtorica številnih člankov s področja higiene in preprečevanja okužb, soavtorica knjig s področja varnosti in kakovosti živil in izkušena predavateljica tako doma kot v tujini.

Osnova najinega dela predstavlja posnetek izhodiščnega stanja na samem objektu, v katerem so bili prepoznani določeni izzivi za optimizacijo na področju higiene. Na podlagi posnetka stanja nato načrtuje vse potrebne korake (nato jih implementiramo v prakso). Končni cilj je ureditev higienskega področja na visokem kakovostnem nivoju, ki zagotavlja maksimalno varnost, v prvi vrsti za stanovalce in tudi zaposlene.

Pohvaliti morava vodstvo vašega zavoda (in tudi VSE ostale zaposlene), da so imeli to moč, da so prepoznali potrebo po izboljšavi. V Domu je res zaznati, kako pomembna sta za vse zaposlene odnos do stanovalcev in kvaliteta dela ter oskrbe. Vse to pa zelo olajša najino delo, saj vsi vpleteni super sodelujejo.

Prepričani sva, da bomo skupaj uspešno izpeljali ta projekt in dvignili nivo kakovosti oskrbe za vas, stanovalce, še na višji nivo.

Posebna povezanost

Moja pot v Koroškem domu starostnikov se je začela štiri leta nazaj, na prav poseben dan v več pogledih. Ta poseben dan je bil 1. oktober 2018. Moj rojstni dan. Dan starejših. 10. obletnica Doma. Moj prvi delovni dan, kar je bilo zame osebno najpomembnejše, saj je bila to moja prva zaposlitev v socialnem varstvu.

Že takrat sem vedela, da je ta povezanost med mano in starimi ljudmi posebna in vsak dan bolj čutim to. Še posebej sedaj, ko se je nekaj mesecev nazaj moja poklicna pot kot socialna delavka usmerila na demenco oz. na delo z osebami z demenco.

Čas epidemije nam je marsikatero stvari vzel, jih spremenil. Sedaj pa je čas, da jih vzpostavljamo nazaj, na novo, in poskušamo dati našim stanovalcem vse najboljše. Ponovno se vsi zaposleni na delavnicah o ravnanju z osebami z demenco, ki jih za nas pripravljajo mag. Škrj, izobražujemo, in so nam v veliko pomoč pri delu. Ponovno smo začeli z druženji na Alzheimer caffejih, kjer se srečujemo oz. se bomo s strokovnjaki s področja demence, našimi stanovalci, ki so osebe z demenco, in njihovimi sorodniki. Usmerjali pa se bomo tudi na skupnost, saj je glede na demografske spremembe demenca v velikem porastu, s tem pa tudi stiska in želja po znanju za ravnanje z osebami z demenco vedno večja. Kot sta zapisala Marshall in Tibbs: »Demence ne moremo razumeti, če se ne približamo človeku z demenco in ne dopustimo, da nas o demenci pouči (Marshall in Tibbs, 2006, str. 67). Osebe z demenco so naši najboljši učitelji v procesu pomoči in oskrbe, le-ta pa potrebuje veliko mero empatije in znanja.

Lahko rečem, da je Rumena enota zelo živahna in raznolika, tako kot je raznolik vsak stanovalec. V prvi vrsti je za dobro delo pomembno spoštovanje in sprejemanje. Pomembno je zavedanje, da se oseba z demenco ne more spremeniti. Potrebno jo je sprejeti takšno, kot je, v vsej njeni popolnosti. Zaposleni se pri svojem delu trudimo, da je življenje stanovalcev z demenco čimbolj kvalitetno in dostojno. Naš cilj je, da so aktivni, da se trudimo skupaj z njimi, da ostajajo čimbolj samostojni pri opravljanju vsakodnevnih aktivnosti, da imajo možnost izbire med aktivnostmi oz. se sami odločijo za sodelovanje, da so integrirani v okolje oz. se vključujejo v aktivnosti, skupaj z ostalimi stanovalci. Za stanovalce potekajo skupinske in individualne aktivnosti, ki so usmerjene in prilagojene

glede na napredovanost demence oz. na zmožnost sprejemanja vsakega stanovalca posebej.

Na podlagi dobre komunikacije, sodelovanja s stanovalci in svojci poskušamo čimbolj spoznati vsakega posameznika. V timu za sestavo individualnega programa za vsakega stanovalca pripravimo tudi individualni program, ki nam je smernica pri iskanju in ponujanju pravih aktivnosti. Pomemben koncept našega dela je tudi metoda validacije, ki temelji na spoštovanju in sprejemanju osebe in preko katere ohranjamo vrednost človeka. Delo s stanovalci z demenco namreč poteka počasneje in je bolj prilagojeno njihovim zmožnostim, trenutnemu razpoloženju in potrebam. Preko socialno-delovne metode in analize tveganja opravljamo oceno tveganja, s katero ocenjujemo tvegane situacije, v katerih se lahko znajde stanovalec. Ko z oceno tveganja predvidevamo, da je neka grožnja zelo nevarna za stanovalca, takrat kot ukrep zmanjševanja tveganja ponudimo stanovalcu osebno spremljanje, katerega namen je, da na diskreten način stanovalca odvrnemo, preusmerimo od nevarnosti, v kateri bi se lahko znašel.

Cilj vseh zaposlenih je, da organiziramo individualizirano celovito oskrbo, ki upošteva vse razsežnosti posameznika: fizične, zdravstvene, psihične, socialne in duhovne. Prav tako smo

pri svojem delu usmerjeni na krepitev moči, saj to ljudem z demenco omogoča, da prevzamejo odgovornost za lastno življenje, pomaga jim pridobiti samospoštovanje in spoznati vrednost lastnih izkušenj, okrepi njihov položaj, jim omogoči vstop v različne in cenjene vloge ter uporabo različnih virov družbene moči v njihovo korist.

Pomemben člen pri našem delu pa je seveda tudi sodelovanje s svojci. Preko sodelovanja s svojci spoznavamo naše stanovalce in to nam omogoča, da lahko skupaj soustvarjamo vire pomoči za naše drage stanovalce.

Moram priznati, da z veseljem prihajam v službo, saj me vsak dan pričakajo stanovalci, ki so veseli moje družbe, dobre volje in pozitivne energije. Skupaj z njimi vsak dan posebej soustvarjamo trenutke sreče, veselja, smeha in ja ... tudi jočemo skupaj, pojemo, si podarimo objem. Vsak dan posebej spoznavam, da je lahko življenje kljub demenci čudovito in vesela sem, da lahko s svojo prisotnostjo in strokovnim delom doprinesem k temu.

Dragi stanovalci in sorodniki, hvala vam za zaupanje in sodelovanje.

*Mija Gaber,
socialna delavka na Rumeni enoti*



9. sezona Bralne značke Toneta Partljiča



Junaska pevka

*Zakaj bi jaz ne pela,
saj mlado sem dekle,
sem pridna in vesela
in hrabro imam srce.*

*Jaz ljubim zemljo očno
in ljubim rodni dom,
le njemu pesem zvočno
junaško pela bom.*

*In materino besedo
spoštljivo govorim –
in s svojo mlado gredo
tri rožice sadim:
ljubezen in zvestobo
in čisti mir srca –
saj duše vso milobo
mi dobri Bog naj da.*



Junaška pevka Milka Hartman je zaznamovala našo deveto bralno sezono. Kot je dejal naš cenjeni pisatelj, g. Tone Partljič: «Čas je za žensko, čas je, da spoznamo odlično ljudsko pesnico v najboljšem pomenu te besede.» In ko g. Partljič prične naštevati razloge, opisovati najrazličnejše pisatelje, pisateljice, pesnike, pesnice, imaš vedno občutek, da je nekoč, nekdanj, nekje z njimi pil kavo, prijateljeval ... Tako je bilo namreč vsako bralno sezono do sedaj, o vsakem izbranem avtorju posebej je g. Partljič govoril z velikim spoštovanjem in resnostjo, in to nas vedno znova prevzame.

Milka Hartman je bila pesnica iz Libuč v Avstriji. Ob vrednotenju njenih 860 lirskih pesmi in proze sta

predstavljena tako njen odnos do ljudske pesmi kot njena priljubljenost. Na Koroškem velja za zelo cenjeno ustvarjalko slovenske lirike. Desetletja je bila edina javno prisotna pesnica med Slovenci na Koroškem. Okoli štirideset je skladatelj iz njene rodne Koroške in iz vse Slovenije, ki so uglasbili njene pesmi, marsikatero je tudi kar sama. Milkinе pesmi živijo tudi med mladimi, trenutno je znanih 418 uglasbitev in 41 skladatelj, ki so skladali na besedila Milke Hartman. Torej, kot je dejal g. Partljič, postala je ljudska pesnica v najboljšem pomenu te besede. Čutila je, da je treba za identiteto koroških Slovencev nekaj storiti, kar pa jo je privedlo do pisanja in nenazadnje do spoštovanja, ki se čuti ob prebiranju ter petju njenih del.

Spoštovanje in svoj čas, naši dragi bralci, pa smo v preteklih sezonah namenili pisatelju Tonetu Partljiču, Prežihovemu Vorancu, Leopoldu in Primožu Suhodolčanu, Francu Ksaverju Mešku. V peti bralni

sezoni smo prepevali pesmi koroškega pevca Milana Kamnika, nadaljevali smo s pisateljem Andrejem Makucem, zopet smo se vrnil k delom našega g. Partljiča. V lanski, osmi bralni sezoni, je bil z nami vsestranski umetnik Matjaž Pikalo.

V sam projekt so vključeni stanovalci obeh domov starostnikov, sorodniki, zaposleni, prostovoljci, ključni pari, člani Koroškega medgeneracijskega centra na Ravnah, učenci osnovnih in srednjih šol, gimnazijci, Knjižnica Ksaverja Meška Slovenj Gradec ter Koroška osrednja knjižnica dr. Franca Sušnika na Ravnah na Koroškem.

Težko je opisati pretekli dve leti ter naša osebna doživljanja v času epidemije Covid – 19, a pustimo si sanjati, da je vse to za nami, da je vse to del preteklosti, ki se ne bo nikoli več ponovila, dovolimo si sanjati. Pa vendar ostaja grenak priokus. Naša medgeneracijska druženja ter sodelovanja s šolami so bila okrnjena v vseh možnih pogledih. A prav zato si bomo v Koroškem domu starostnikov – poslovni enoti Slovenj Gradec, z našim projektom »Bralna značka Toneta Partljiča« na prelomnici, ob deseti bralni sezoni, še močnejše prizadevali, da bodo v ospredju medgeneracijska druženja, različne

predstave, glasbene točke, smeh in iskre v očeh naših stanovalcev.

Hvala vam, naši dragi bralci, za vaše sodelovanje, prizadevanja in zavzetost. Vem, da nam bo deseta bralna sezona zagotovo v veselje, kdo ve, mogoče bomo zopet prepevali, mogoče stali na odru ter odigrali kakšno igro, kdo ve, a pustimo se presenetiti do trenutka, ko bo g. Partljič znova začel govoriti o svojih »prijateljih«.

Vam, naš dragi g. Partljič: nekoč ste za naše domsko glasilo že zapisali, da je naš Dom vaše novo kulturno zatočišče. Stanovalci in zaposleni vam sporočamo, da ste nam s svojimi deli in deli predlaganih avtorjev prav tako ponudili zatočišče. Zatočišče med vrsticami zgodb, ki so nas lahko popeljale daleč stran. Prav tako ste nekoč zapisali, da ste prepričani, da lahko ljudje v Domu ne le kvalitetno prepevajo v zboru, ampak tudi kvalitetno recitirajo, kaj odigrajo, berejo, diskutirajo. Mislim, da smo vas več kot prepričali. In nenazadnje ste dejali: »Komaj čakam, da bomo začeli novo bralno sezono, da bom spet med svojimi.«

*Sandra Pavše,
socialna delavka*



Prostovoljstvo

Brez navdušenja se ne da doseči nič veličastnega.

Ralph Waldo Emerson

Dragi naši prostovoljci, hvala vam. Hvala vam za vaše navdušenje, ko navdušenje zaposlenih včasih ni dovolj, ali preprosto zanj ni moči. In hvala vam, da dan za dnem, tedne, mesece in leta prihajate v naš Dom z navdušenjem. Premalokrat je priložnost, da vam lahko povemo, da je vaše delo za nas nekaj veličastnega, da vas cenimo in si življenja brez vas v našem Domu ne znamo več predstavljati. Zato še enkrat HVALA VAM, čeprav je HVALA beseda mala, pa vendar je tako velika, da lahko premika gore, ruši bregove, rojeva hvaležnost, gradi prijaznost. Skratka, premalokrat je izrečena, premnogokrat pozabljena. Zato nam ne zamerite, če kdaj hitimo, če se ne ustavimo, če nimamo časa poklepetati. Ste del nas, našega Doma, naš steber, do vas čutimo neizmerno hvaležnost, saj se zavedamo, da vedno znova dosegate nekaj veličastnega.

Obdobje, ki smo ga prestali v času epidemije Covid – 19, je vsaj osebno zame obdobje, ki bi ga želela raje pozabiti. Ne, ni bilo vse slabo, seveda ne. Bilo pa je veliko stvari, zaradi katerih nam je bilo težko, smo tudi jokali ali komaj zadrževali solze. Mogoče kdaj tudi zato, da smo se pred stanovalci pretvarjali, da ni nič hudega in da bo mogoče že jutri bolje. Saj, kaj nam je pa drugega preostalo. In ena od teh stvari, zaradi katerih nam je bilo težko, je zagotovo



upoštevanje ukrepov, zaradi katerih so bili v nekem obdobju vaši obiski, dragi prostovoljci, tudi v celoti prepovedani. Verjamem, da je bilo hudo tudi vam, še težje stanovalcem, zagotovo tudi nam, zaposlenim. In nato se lahko opremo na dobre stvari: še bolj znamo ceniti vaše delo, prisotnost na enotah, sodelovanje na dogodkih, sprehode s stanovalci. Zavedamo se, da je vaše delo koristno in plemenito.

Z majhnimi dejanji, malenkostmi vam poizkušamo poplačati za vaš trud in vedno znova ste hvaležni. Ena od stvari je tudi dogodek, ki je v prostovoljstvu zelo pomemben. To je vsakoletni dogodek Mladinskega sveta Slovenije, ki razpisuje natečaj za naj prostovoljca, prostovoljko in naj projekt leta. Vsako leto smo predlagali dva izmed prostovoljcev, prostovoljk. Zaradi razmer, ki smo jih doživljali, dve leti zapored do tega dogodka ni prišlo. Upamo pa, da bodo razmere v prihajajočem letu le- to dopuščale.

Prostovoljstvo je osebna odločitev vsakega posameznika, pa vendar je to način življenja. Veliko ljudi se trudi, da bi s prostovoljstvom tako ali drugače služili človeštvu. Prostovoljstvo zahteva dobro srce, odrekanje za početje, pri katerem ni plačila. A njihova dejanja in vseh življenj, ki so se jih dotaknili, ne bodo nikoli pozabljeni. Po hodnikih našega Doma so še vedno razstavljeni dela, še vedno se spominjamo njihovih dejanj, delavnic, dogodkov, »štrikanih nogavičk«, spominjamo se jih z nasmehom na obrazu in solznimi očmi. Nikoli vas ne bomo pozabili.

Topel nasmeh, prijateljski klepet in sočutje pripomorejo k dobri odnosom, zaupanju in nenazadnje se stkejo prijateljske vezi, ki bodo zagotovo ostale. Drug od drugega se lahko največ naučimo – naučimo za boljše življenje. Hvala vam, ker preprosto ste.

Sandra Pavše,
socialna delavka

ZAREČENEGA KRUHA ...



Pred leti, ko sem ovdovela, so moje misli begale. »Kako naprej? V dom starostnikov? Ne, nikakor ne, to pa res ne.« Seveda pa leta prinesejo neizogibne tegobe, predvsem pa

osamljenost. Kot gospodinja sem skrbela za dom in družino, prosti čas pa preživljala za šivalnim strojem. In tako me je prešinila misel, da bi rada pomagala pomoči potrebnim, saj se zavedam, da sem na tej poti tudi sama. Brez oklevanja sem pogumno odkorakala v Koroški dom starostnikov Slovenj Gradec in jim predstavila svojo zamisel, da bi lahko pokrpala kakšno cunjico. Moja zamisel je bila toplo sprejeta. Veselim se vsakega torka, saj sedaj ponosno delujem kot prostovoljka v vašem Domu. Veselim se druženja in vseh zahvaljujočih pogledov, predvsem pa sem hvaležna za toplino, ki jo deli osebje.

Moje mnenje je sedaj popolnoma drugačno: »Ja, vsekakor v dom starostnikov.«

Vida Gracej Popič,
prostovoljka

KAM LE ČAS BEŽI ... SMO PREPEVALI



S to pesmijo sem se srečala verjetno prvič pred 48. leti, ko sem prišla kot prva ekonomistka v tovarno pod Pohorjem, v »zlato jamo«, kot je rekel moj že pokojni prvi šef, gospod

Presečnik, v Tovarno kos, takrat že kot Gorenje Fecro. Saj nisem vedela, kako bo. Že prvi teden smo imeli fešto, ker je imel moj šef rojstni dan. O, to pa bo šiht za mene, ker sem bila navajena žurk v študentskem domu, kjer sem bila nastanjena. Ja, polna znanja in ambicij sem se prilagodila življenju in trdemu delu do upokojitve. Nisem menjala službe, saj sem tam spoznala tudi bodočega moža in oba sva dočakala

polno delovno dobo za pokojnino.

Po tragediji 1. 1. 2011, ko sta se smrtno ponesrečila sin in snaha, sem bila na robu obupa. Imela sem dobrega moža, vendar se je v najini srci nastanil nemir. Tolažila sva drug drugega. Meni je pomagalo povabilo Anice Holdrijan, naj začnem z njo hoditi v Dom kot prostovoljka. Mogoče sem takrat res zamenjala bicike za svojega pokojnega sina in snaho.

Prvi torek v avgustu letos smo se sestali na delovnem sestanku. Prisotne smo bile prostovoljke in nam zelo dragi: gospa Marjana in gospa Sandra. Po kratki debati in opažanjih ter eventualnih problemih po enotah, ki smo jih prostovoljke izpostavile, smo si skupaj vzele čas za sedemminutno pavzo in na hitro posrebale kavo, ki nam jo je prinesla prijazna kuharica.

Aha, ura bo skoraj devet in mene že čakajo na Modri enoti. V tistem trenutku je prinesla gdč. Maša prečudoviti šopek rož in gospa Marjana mi ga je izročila s prijaznim voščilom za okrogli rojstni dan. Bila sem ganjena, solze so bile nekje zadaj, a to so bile solze sreče, ker solze žalosti so se že davno posušile in je na obronkih že davno opranega obraza ostala le še tanka sled soli.

Po zahvali sem seveda hitro pritisnila gumb pri dvigalu na številko 2. Na Modri enoti je bilo danes zbranih kar precej stanovalcev. Saj ne vem, komu se moram zahvaliti, da mu jih je uspelo toliko »zbobnati« skupaj po zajtrku. Z gospodinjjo sva postregli nekaj peciva in vodo, miške sem spekla teden prej in so jih pohrustali ob mojem godu.

Malo smo poklepetali, potem pa je prišel gospod Mirko s kitaro. Saj ne vem, kdo je to organiziral. Seveda je bila na sporedu najprej himna Modre enote, katere avtor je gospod Mirko. Ker pa gospod rad zaigra kakšno mehikansko, sem seveda tudi malo zajodlala, ko je pel. Vedno pravim, da nimam posluha, a če si dobre volje, se približaš originalu. Potem smo zapeli še nekaj pesmi. Da ne bi bili užaljeni njegovi sostanovalci na Srebrni enoti, je vzel kitaro in šel še njim polepšat torkov dopoldan.

Na koncu lahko samo še pohvalim dobro srčnost vseh zaposlenih v našem Domu, tako pač pravim jaz, ki že z velikim veseljem hodim več kot enajst let obiskovat, kot reče moja vnukinja s posebnimi potrebami, bicike.

Hvala, gospa Marjana in vsi zaposleni, ki se trudite, da bi naše bicike in dediji imeli v zadnjem obdobju življenja kar se da lepe dni.

Na koncu pa zapojemo še: Glavca siva je, roka trese se, kam je ...

*Anica Hudopisk,
prostovoljka*



BILO JE ZAŽIGALNO!

Samo s temi tremi besedami je stanovalec Doma z Zelene enote povedal, kakšno doživetje je bil torkov sprehod s stanovalci v mestno jedro. In prav ima, bilo je res zažigalno.

Stanovalka in stanovalci so bili hitro pripravljeni, tudi spremljevalno osebje, prostovoljke in vodja enote. Pa smo se odpravili. Kar hitro po odhodu se je pripetila manjša tehnična težava. Ena izmed gum na kolesu vozička je hotela zapustiti svoje delovno mesto. No, hišnik Mirko je zadevo uredil kar med vožnjo.

Kar hitro smo bili na cilju, v mestni kavarni Ars, kjer je bilo ravno še dovolj prostora, da smo se udobno namestili, se odžejali z limonado, nato pa uživali

ob kavi. Z nami sta bila nepogrešljiva prostovoljka Tatjana Lušnic s harmoniko in stanovalec doma, gospod Mirko Rotovnik s kitaro. Pesem je sledila pesmi, nekateri mimoidoči so kar pristopili in peli z nami, drugi pa so se pogovarjali z znanci, ki so jih prepoznali. Vzdušje v središču mesta je bilo izjemno. Čas je mineval prehitro in odpravili smo se proti Domu. Veselo je bilo gledati zadovoljne obraze in nasmeške. Vesela sem bila, da sem prostovoljka ravno v tem Domu in rada bi videla, da bi stanovalce večkrat peljali v mesto, vsaj na kavo, limonado ali čaj. Res sem srečna, da lahko svoj čas namenim in s svojo prisotnostjo popestrim dan stanovalcem Doma.

*Jožica Kotnik,
prostovoljka*



PEVSKI ZBOR OD A DO Ž

Ja, kakšno ime pa je to za pevski zbor? Uradno se vendar imenujemo Pevski zbor KDS Slovenj Gradec. Seveda, ampak čisto upravičeno bi se lahko imenovali Pevski zbor od A do Ž. Med vajo si namreč izbiramo

pesmi po abecedi »na pamet« in tako treniramo tudi možgane. Čisto na vsako črko abecede, ali je to narodna ali pa ljudska pesem. Na nekatere črke jih je celo mnogo. Pri nekaterih črkah pa se celo mučimo,

da se spomnimo kakšne pesmi. In ko opazujem pevce med petjem, z veseljem ugotavljam, da večinoma vsi poznajo besedila in prepevajo. Nekateri poznajo celotna besedila, drugi pa delno in se vmes spomnijo in priključijo petju.



Na črko A hitro izberemo pesem. Največkrat je ta »Al' me boš kaj rada imela«, na B »Barčica po morju plava« - pa se še nekdo tiho oglasi »Bod' moja, bod' moja, ti bom lešnikov dav«. Malo se ustavi pri F, pa jih hitro nekaj reče »Fantje po polj' gredo.« BRAVO! Se še kdo katere spomni? Ne? Gremo dalje!

Pri I se zopet malo ustavimo in razmišljamo. »Ha, ha, jaz vem«, se nekdo oglasi, »Izidor ovčice pasel!« J, K, L, - ni problema, na te črke je dosti pesmi. In tako se prebijamo po abecedi naprej. Saj obstajajo različne pesmarice z besedili pesmi po abecedi, a je bolj zanimivo, da se vmes malo ustavimo, razmišljamo in si odpočijemo glasilke. In se spomnimo prave pesmi.

Pri M si radi zapojemo »Mi se imamo radi«. Ko ne bo več covida, se bomo tudi objeli. Do T gre potem enostavno. Potem se tu malo »zašteka«. »Pa NE, no, ta je pa ja tako NAŠA«, se sliši, »Tam, kjer teče bistra Zilja!« No, za rezervo je tu še »Trezinka«, Dragova pesem. Na Srebrni enoti mu jo za zaključek vedno zapojemo. Če pozabim, me spomni Marinka, pa tudi Drago ponavlja AK, kar je po njegovo Trezinka in je verjetno povezano s »kahlo«.

Na U pa ne poznam nobene druge pesmi kot »Urška, al' že spiš?« Spomnim pa se brigade v Beogradu »U tunelu usred mraka ...«, ki pa je odšla v zgodovino. Na črko Ž se spomnimo na »Žabe«, pri rega rega rega ... so pa težave. Aaa, pa se hitro spomnimo še ene na Ž: »Že dolgo nismo pili ga.« Zdaj bi se nam pa res prilegell kak požirek, saj je grlo po debeli uri in še nekaj čisto suho. Ko se bomo na eni od pevskih vaj spet odločili za petje pesmi od A do Ž, pa prinesem suhe slive - za dober glas.

Hvala vam, pevci, lepo mi je z vami! Še bomo peli!

*Tatjana Lušnic,
prostovoljka*

MOJA RUMENA ENOTA

Spet je pred nami nova številka Seniorja in čas, da v nekaj stavkih povzamem svoje obiske na Rumeni enoti. Vsak torek se kot prostovoljka z veseljem



odpravim k svojim stanovalcem. Po navadi me že čakajo zbrani okrog štirih miz, kjer so ravno zajtrkovali. Nasmejimo se drug drugemu, v pozdrav jih malo stisnem, pobožam, potrepljam po rami in že si zapojemo: »Mi se imamo radi ...« Nekateri so takoj za akcijo, nekateri pa so še malo zaspani. Ko pa pride na mizo žoga, smo vsi veseli, ko jo kotalimo po mizi, sodelujemo prav vsi in se zelo nasmejimo. Vmes dobimo čaj ali sok, kakšen piškot in seveda najboljšo kavico naših gospodinj.

Kadar se pogovarjamo, pogosto obujamo spomine na čase svoje mladosti in koliko dela smo imeli. Tu smo vsi enaki, počutim se kot doma. Dve uri prehitro mineta, zato zmeraj ostanem do kosila. Pravijo, naj ostanem kar do večera, ker še nismo zapeli vseh pesmi in se o vsem pogovorili.

Na poti domov premišlujem, če tudi mene čaka vse to. Ta bolezen ne izbira. Nič zato, imamo vse, kar potrebujemo, imamo se radi, naj to življenje še kar traja.

*Anica Sterle,
prostovoljka*

Z VOZIČKI V SREDIŠČE SLOVENJ GRADCA, V SREDIŠČE SVETA

Naše lepo mesto bo gotovo še lepše, in upajmo, bolj prijazno gibalno oviranim, ko bodo dokončana vsa gradbena dela. Kljub vsem trenutno razkopanim ulicam v Slovenj Gradcu, ki so za vožnjo z vozički predstavljale precejšen izziv, se nas je v torek, 19. julija, zbrala kar številčna, zlasti pa imenitno razpoložena skupina pogumnih sprehajalcev – stanovalcev Doma in njihovih spremljevalcev (nekaj zaposlenih in nekaj prostovoljcev).

Odpravili smo se do mestne kavarne Ars. Čeprav se

pot od Doma do mestnega jedra morda zdi kratka, pa je bila za stanovalce polna zanimivih novosti; še zlasti jim je bila všeč nova lesarska šola z urejeno okolico. Da je bila naša odprava še bolj zanimiva in skoraj malo adrenalinska, se je na enem izmed vozičkov snelo kolo, vendar je naš hišnik Mirko Lenart hitro ukrepal in kar med potjo pritrdil ubežno kolo nazaj. Pot smo nadaljevali in srečno, tako rekoč brez praske, prispeli na cilj v mestno kavarno na zaslužen kavo in limonado.



Brez lažne skromnosti naj povem, da smo pošteno popestrili in poživilo središče Slovenj Gradca. Ob spremljavi harmonike in kitare, ki sta ju igrala prostovoljka Tatjana Lušnic in stanovalec Mirko Rotovnik, smo tako veselo in ubrano prepevali, da so se mimoidoči ustavljali in nekateri tudi zapeli z nami. Naš sprehod je čisto prehitro minil in vsi smo se strinjali, da si želimo še kakšne ponovitve.

*Marinka Lamprecht,
prostovoljka*

Novi sodelavci

Moj začetek ali ko spoznaš, da te ljudje potrebujejo bolj, kot si misliš, ali starejši za starejše

Že v preteklih letih sem delala na različnih področjih zdravstva, zato mi nova zaposlitev v Koroškem domu starostnikov, poslovni enoti Slovenj Gradec, ni predstavljala velikih ovir, saj sem bila vajena delati z ljudmi in za ljudi. Ob novi zaposlitvi v KDS PE Slovenj Gradec pa sem sprejela nov "izziv" delovanja.

Že ob samem razgovoru za zaposlitev sem bila presenečena, kako lepo so me sprejeli, mi posredovali bistvene značilnosti, mi razkazali Dom, me seznanili z zaposlenimi in stanovalci. Ob vstopu me je »pozdravila« prijetna klima ali drugače povedano "pozitivno ozračje".

Na začetku sem imela nekaj treme in strahu, da ne bi naredila kaj narobe. Vendar mi je s pomočjo dobrih sodelavcev uspelo, da je trema kmalu izginila. Med delom sem ugotovila, da mi manjka nekaj znanja na tem področju in se pričela intenzivno učiti.

Spoznala sem, kako so stanovalci povezani med seboj, kako lepo se vključujejo v različne dejavnosti in pa tudi, kako spoštljivo, ljubeznivo in z dostojanstvom zanje skrbijo zaposleni.



S pričetkom dela na Rumeni enoti sem se seznanila z delom z osebami z demenco. Začetek je bil težak in naporen. Z odgovornim, skrbnim, pozornim, spoštljivim in potrpežljivim odnosom ter dodatnim izobraževanjem o osebah z demenco, ki nam ga omogoča Dom, sem spoznala, da osebe z demenco poleg zadovoljevanja osnovnih življenjskih potreb potrebujejo nas čas, bližino in toplino.

Vsak delavnik na Rumeni enoti je pester, vsak dan se nekaj dogaja. Stanovalci pojejo ljudske pesmi, pomagajo pri različnih opravilih, se razgibavajo, rešujejo križanke, berejo knjige, revije in časopise, igrajo različne igre, obiskujejo sveto mašo, poslušajo glasbo, ob lepih dnevih se družijo na terasi, piknikih, koncertih. Vsak torek jih obišče prostovoljka in takrat se stanovalci od srca nasmejijo, tako zelo se zabavajo. Pogosto se pogovarjamo in nemalokrat pokažejo hvaležnost, ko uvidijo, da jih razumemo. Vsak dan rada prihajam na delo; četudi imam kdaj slab dan, me stanovalci držijo pokonci. Nenazadnje ne smemo pozabiti, da vsak človek potrebuje pozornost. Starejši toliko več, ker so bolj ranljivi. Nasmeh na njihovem obrazu pa pove vse.

*Vlasta Kelemina,
novozaposlena*

Nova služba



Nova služba, nove izkušnje, ljudje in okolje. V meni je bil velik strah, vendar ne zaradi dela samega, temveč zaradi mojega slabšega znanja slovenščine. Ampak me je strah zelo kmalu minil, ko sem spoznala sodelavko Sašo, ki me je objela. Ta objem mi je v tistem trenutku toliko pomenil, da sem se takoj počutila sprejeto. Hitro sem se vpeljala v svoje delo in našla stik s sodelavci in stanovalci. Vsi so prijazni in odgovorni, in kot sama rada rečem: imajo dušo. Srečna sem, da sem tudi jaz del tega kolektiva, ki ga doživljam kot eno veliko družino. Velika hvala vsem!

*Seida Musić,
novozaposlena*

O, Petra, vi ste. K'k' fajn!



Moja zgodba s Koroškim domom s t a r o s t n i k o v Slovenj Gradec sega v leto 2019, ko sem tam pričela s počitniškim delom v kuhinji. Toliko novih obrazov, navezovanja novih stikov, tako z zaposlenimi kot s stanovalci. Z občudovanjem sem poslušala, kako naše kuharice in pomočnice poznajo prav vsakega izmed stanovalcev, katero hrano marajo in kaj malo manj. Na začetku se mi je to zdelo skoraj nemogoče, a sem kmalu videla povezanost med stanovalci in vsemi zaposlenimi – od strežnice do kuharice, gospodinje, vodstva ... Poletje se je bližalo koncu in čas je bil za povratek v gimnazijske klopi.

Koronsko leto sem kibernirala in s počitniškim delom v KDS SG ponovno pričela 2021, tokrat deljeno – deloma v kuhinji, deloma na enotah, kjer sem pomagala pri gospodinjskih opravilih, pridobivala nova znanja, dragocene izkušnje, še bolj spoznala potek dela in seveda stanovalce. Dokončno sem

si potrdila, da me res veseli delo z ljudmi – naj se sliši še tako klišejsko, vendar lahko z mirno vestjo rečem, da sem se zares našla. Na podlagi tega sem se odločila za študij zdravstvene nege. Ob študiju sem občasno pomagala v kuhinji, januarja 2022 pa pričela z 10-tedenskim kliničnim usposabljanjem.

Zelo rada sem prihajala na prakso, jutra so popestrila vprašanja stanovalcev o vremenu, kdaj sem morala vstati in celo, kdo me je oblekel. Lepo so me sprejeli tako zaposleni kot stanovalci. Stavki, kot so: »O, naše dekle je prišlo.« in »O, Petra, vi ste. K'k' fajn,« so mi dali potrditev, da delam prav in dobro. Praksa je minila, kot bi trenil, moram priznati, da so mi tako stanovalci kot zaposleni »zlezli pod kožo«, zato sem bila še toliko bolj vesela, da mi je tudi tokrat bila ponujena možnost počitniškega dela – kot zdravstveni tehnik in kot pomoč v kuhinji. Tako različna dela pa vendar skupni cilj – zadovoljstvo naših stanovalcev.

Preizkušanje različnih del mi je omogočilo različne perspektive in poglobljeno razumevanje posameznih področij in njihovo medsebojno usklajevanje. Zato bi se rada zahvalila vsem zaposlenim, z gotovostjo lahko trdim, da sem se prav od vsakega izmed vas naučila nekaj novega. Še posebej hvala gospe Maji, Adrijani, Janji in seveda vodji enote, gospe Marjani. Največjo zahvalo pa si zaslužite stanovalci, da ste me sprejeli medse in nenazadnje: brez vas ni nas.

*Petra Martinc,
novozaposlena*

V Koroškem domu starostnikov



sem se zaposlila decembra 2020. Čeprav že z nekaj predhodnega znanja in veščin na področju nege in oskrbe se moje znanje in veščine vsakodnevno izpopolnjujejo in nadgrajujejo z delom, ki ga opravljam, tudi od

stanovalcev in ostalih zaposlenih.

Delo je zelo razgibano, a vendar zahteva natančnost ter predanost. Svoje delo opravljam z veseljem, hvaležnostjo, ponosom in kot gospodinja na enoti se zavedam pomena vključevanja, razumevanja, pristopa in ravnanja s stanovalci. Spoštovanje, prijazen pozdrav in topla beseda ob jutranji negi, kratek klepet ob deljenju obrokov, vzpodbuda in sočustvovanje v težkih trenutkih, skrb za njihovo dobro počutje in brezskrbnost, urejenost in čistočo, vse to ima velik pomen za vse, ki so prišli v Dom preživeti jesen svojega življenja.

*Aleksandra Rainer,
novozaposlena*

Strokovna ekskurzija v Požego

Dobra praksa našega Doma je, da nam vodstvo vsako leto omogoči strokovno ekskurzijo v drugo državo, kjer z ogledom tujega doma za starejše dobimo vpogled v delo naših kolegov. Vsako leto se odpravimo v bližnje in tudi bolj oddaljene kraje. Letos je bil izlet še toliko bolj dobrodošel, saj smo bili zaradi negotovih časov res željni medsebojnega druženja, ki močno pripomore k delovnemu vzdušju oz. povezanosti sodelavcev. Odpravili smo se v notranjost Hrvaške, v Požego, ki je del Požeško-slavonske županije, prijetno mesto in kulturno središče na desnem bregu reke Orljave.

Dom, ki smo ga obiskali, se nahaja skoraj v samem centru mesta, tako da so stanovalci v neposredni



bližini starega mestnega jedra ter preko socialnih stikov oz. družabnih srečanj vključeni v življenje in delo lokalne skupnosti. Obnovljen in dograjen Dom



za starije i nemoćne osobe Požega ima kapaciteto 188 uporabnikov in zato (v naših merilih) spada med večje domove. Njegova notranjost je lično opremljena, ne sicer z najnovejšo opremo, a važnejše je bilo to, da smo začutili, da zaposleni stanovalcem zagotavljajo prijetno bivanje in pestro preživljanje časa. Okrog 11. ure so nas toplo in prisrčno sprejeli ter nam pripravili pogostitev z moćno turško kavo, višnjevim »štrudlom« in sirovim burekom. Po uvodnem pozdravu in izmenjavi osnovnih informacij so nas razdelili v dve skupini in nam razkazali celotno zgradbo. V primerjavi z našim je najvećja razlika v tem, da je njihov dom bolj zdravstveno oz. bolnišnićno naravnan ter da so uporabniki nastanjeni glede na njihovo zdravstveno stanje. V marsićem se njihova in naša vizija dela ne razlikujeta prav posebej, vsi namreć stremimo h kakovostnemu življenju, najboljšemu počutju in uvajanju novih, boljših konceptov in metod dela za vse stanovalce.

Po uradnem delu smo se skozi mesto odpravili nazaj proti avtobusu. Sledila je namestitev z odličnim kosilom v restavraciji s prenoćišćem Zlatni lug in ne Zlatni luk (ćebula op. p.), kot smo si sprva zmotno prevedli in se kasneje večkrat pošalili, da spimo v hotelu (Zlata) Šalotka. Po krepki jedaći, kjer na mizah seveda ni manjkalo klasićnih avtohtonih balkanskih jedi z žara, smo se po hitri osvežitvi odpravili na voden obisk mesta. Oći smo si pasli na stojnicah, žejo pa obvladovali v mestnih »kafanah«. Rahlo utrujeni od poti, poletnega sonca in razbeljenega mestnega asfalta smo se v večernih urah sprehodili še do drugega konca mesta, v restavracijo Stella Orients, kjer nas je že čakala živahno razigrana pevka Mili Korpar, ki nam je pred večerjo zapela pester repertoar hrvaških, dalmatinskih in tudi slovenskih pesmi. Dobre volje in polni nove energije smo se vrnili na baroćni trg, kjer smo si lahko ogledali prižig Ivanjega kresa, vmes pa so nas na glavnem odru zabavali Mejaši, znani in priljubljeni hrvaški

glasbeniki. Okrog 12. ure je sledil povratek v našo »Šalotko«.

Naslednji dan smo po zajtrku odkrivali etno vasico, edinstveno turistićno destinacijo Stara kapela, ki se nahaja daleć od glavnih cest, na obmoćju, ki ga še vedno krasi naravno okolje in ljudje živijo v sožitju z naravo in kjer je zbrano bogato etnološko gradivo, torej predmeti, ki so jih v vsakdanjem življenju uporabljali naši dedki in babice. Še posebej nas je navdušila javna razsvetljava te vasice, ki je kombinacija starih slavonskih tramov, na katerih se na vrhu skriva elektrika, na njih pa petrolejke, ki so pričarale edinstveno starinsko vzdušje.

Sledilo je še zadnje kosilo z našo Mili in z vrhunsko vodićko Danico smo še zadnjić odpeli prisvojeno »himno« Nede Ukraden »Zora je svanula ...« in se okrog 17. ure polni novih vtisov odpravili nazaj domov.



Ekskurzija je na nas vsekakor vplivala blagodejno in razbremenilno. Neformalno druženje v okviru organizacije je namenjeno predvsem dodatnemu zagonu in motivaciji za nadaljnje uspešno ekipno delo. Bolje kot se zaposleni med sabo spoznamo zunaj delovnega okolja in ne samo preko vlog, ki jih opravljamo v službi, lažje lahko delo steće. Komunikacija je za uspešno delovanje vsakega zavoda nepogrešljiva, več kot se pogovarjamo, bolj se razumemo, in konec koncev nam je to, kako nas doživljajo drugi, enako pomembno, kot to, kako doživljamo sami sebe, saj je to temelj našega jaza. Ključnega pomena pri takšnih neformalnih druženjih med zaposlenimi je vsekakor doseganje boljše povezanosti med sodelavci.

Ljudje smo odnosna bitja in zato, da preživimo, nujno potrebujemo odnose. Odnosi so tisti, ki zrcalijo naše stanje, naš notranji razvoj in s tem, ko ustvarjamo medsebojno pozitivno vzdušje, se posledićno vzpostavijo tudi boljši pogoji za delo, saj je delovno

mesto tisto okolje, ki je optimalno za krepitev duševnega zdravja. Na delu preživimo velik del svojega časa in posledićno ima slednje tudi velik vpliv na naše počutje, zato je nadvse pomembno, kako se zaposleni med sabo razumemo, si pomagamo in se podpiramo.

Delo z ljudmi je odgovorno in naporno, a hkrati zna biti tudi izpolnjujoće, osmišljeno in prav nikoli monotono. V našem Domu delamo srćni ljudje, ki delamo z izrednim ćutom do soćloveka, nenazadnje smo empatićni tudi do svojih sodelavcev oz. sodelavk. Ključno je, da se zaposleni počutimo dobro, da smo na delovnih mestih in v medosebnih odnosih zadovoljni, saj ko smo dobro, tudi delamo dobro. In dobra volja je tista, ki jo prenašamo na naše stanovalce.

Maša Mlaćnik

Piknik zaposlenih

Kot »vodja« oz. organizator piknikov vsako leto organiziram piknik. Tako sem ga tudi letos s pomoćjo zaposlenih, ki sodelujejo v tem programu, organizirala pri »Bimarlu«. Skupaj praznujemo rojstne dni zaposlenih, obujamo spomine z izletov, piknikov, se nasmejimo, sprostim, imamo karaoke ter različne igre. Seveda pa piknik ni piknik, če manjkata hrana in pijaća. Tukaj nastopi vodja kuhinje,



ki pomaga pri dobavi mesa. Ne smemo pa pozabiti na našo vodjo, gospo Marjano, ki da zeleno luć ter zaposlene vzpodbuja, da se srećanja v ćim večjem številu udeleži. Zahvala gre tudi vsem zaposlenim, ki pomagajo pri organizaciji, pripravi, pospravljanju ter sami udeležbi.

Naslednje leto se ponovno vidimo!

Larisa Zupanc

Oranžna enota



Na naši Oranžni enoti živimo različni ljudje. Pri nas je veliko stanovalcev na vozičkih oz. stanovalcev, ki rabijo pomoč pri premikanju in svojih opravilih, a se vsi se med sabo dobro razumemo in nimamo težav pri komunikaciji. Radi si pomagamo in večkrat se tudi skupaj sprehodimo do terase ali parka. Tudi z osebjem imamo dobre odnose, saj jih spoštujemo, ker tudi osebje spoštuje in upošteva naše želje in potrebe. Imamo tudi to srečo, da nas je veliko tistih, ki radi prepevamo. Pojemo prav vsak dan, pred kosilom in večerjo, pa tudi vmes, še posebej radi pa takrat, kadar kdo od naših praznuje rojstni dan. S tem smo vsi zelo zadovoljni, saj se razvedrimo in hkrati treniramo svoj glas, da je vsaka naša naslednja pesem še boljša. Na naši enoti je najbolj priljubljena naša gospodinja Saša, ki nikoli ne zavrne nobene naše prošnje. Zelo jo spoštujemo in jo imamo neizmerno radi, saj nam resnično izpolni prav vsako željo.

*Jože Pušnik,
predstavniki Oranžne enote*



Zelena enota

Lepa beseda v enoti ...

Tudi letošnje leto se je za Zeleno enoto začelo s prebiranjem noveletnih čestitk učenk in učencev bližnjih šol. Njihova voščila so iskrena in dobrodejno povedna, tako da se marsikateri stanovalki pobiserijo oči. Mogoče od mladih ne pričakujemo takih modrosti, vendar nam mlado leto še pomladijo.

Nekatere učenke in učenci so nam voščili, da nam bivanje v domu naj ne bo dolgočasno in so tudi z risbami oplemenitili to željo, to voščilo. In res, ko pogledamo mesečni nabor prireditev v našem Domu, vse dejavnosti, tako miselne kot poučne, razgibalne ..., se zavemo, da se pravzaprav niti ne moremo dolgočasiti, ni časa! Vsak teden imamo zgodovinski krožek, obiske prostovoljk, miselne igre, sproščanje ob glasbi, pevske vaje, vaje domskega banda, redno nas obiskujeta knjižničarki in nam prebirata leposlovna dela in sodelujeta pri Bralni znački Toneta Partljiča. Občasno imamo seveda tudi prireditve, na katerih recitiramo, pojemo, igramo. Poleti so priljubljene poletne igre in enako priljubljeni pikniki, ti še posebej(!) v parku. Potrebna in dobrodošla je delovna terapija, ki ji lahko mirno pripišemo tudi pisanje o naših dejavnostih na naši spletni strani in Facebooku. Poleg tega se trudimo zmanjšati pomanjkanje kadrov z dežuranjem na recepciji, pomagamo sestavljati jedilnike in še bi se kaj našlo. Zelo dobrodošla so potopisna in strokovna predavanja zunanjih sodelavcev. Zahvaliti se moramo predstavnikom matičnega okolja za občasne obiske, denimo župana s sodelavci. Dobrodošel gost je seveda pisatelj in dramatik Tone Partljič, ki nas zelo rad obišče, razveseli in prisrčno spodbuja. Pa če dodamo še vsakodnevne gibalne vaje, lahko zapišemo, da v našem Domu živimo zdravo in pestro.

Življenje v Zelenu enoti je potemtakem lahko ali pa celo je zelo razgibano, obogateno, denimo, z nagrado na kvizu na Festivalu buč, kakšna zmaga na poletnih igrah ...

Nedvomno moramo dodati še siceršnje dogajanje, kajti več kot dobrodošlo je, da se kot proces



Uveljavljajo upoštevanje drug drugega ter spoštovanje in hvaležnost za vsakdanje druženje. Kajpada ne bi bilo živahno, če v tretjem življenjskem obdobju ne bi bili toliko pametni in izkušeni, da zmoremo, na primer, učiti čistilke čiščenja, mimogrede poučevati pravilno zalivanje lončnic, skrbeti za čistočo na ta način, da dnevni časniki do večera ne dočakajo v stojalu, ker morajo prej med odpadke. V enoti smo tudi delovno zelo prizadevni, saj domala dnevno premikamo mize v jedilnici in tako omogočamo dostop tudi vozičkarjem.

Posebej moramo omeniti obiske strokovnih skupin, s katerimi bi se seveda radi pogovorili o njihovih mnenjih. Še najbolj so nas prijetno presenetili gostje iz Katalonije.

Naj končamo z naslednjo iskrenostjo: vedno se radostimo čestitk in voščil ob najrazličnejših priložnostih, še posebej »dobroželnosti« in iskrenih misli, modrosti mladih in drugih.

*Ernest Kobolt,
predstavniki Zelene enote*



Modra enota



»Mi modri smo dirkači, veselega srca ...« je začetno besedilo naše himne, ki jo pojemo, ko pride k nam gospod Mirko s kitaro in harmoniko. On je avtor besedila in melodije, saj je ob prihodu v Dom bil naš sostanovalec.

Res je, da smo veselega srca, zapojemo tudi radi, toda zaradi bolezni jih večina hitro odide v svojo sobo. Ne družimo se več toliko in težje nas je zbrati h kakšni dejavnosti na enoti. Vedno več nas je na vozičkih, vendar smo prijetna skupnost ljudi »iz vseh vetrov«. Med sabo si pomagamo in si svetujemo, zaposleni pravijo, da je prijetno delati na naši enoti.

Naš balkon je prijeten za zbiranje, posebno popoldne, če ni prevroče. Rože v koritih je uredila naša gospodinja, gosa Aleksandra Rainer, pridno pa jih zaliva gospod Ivan Logar. Gospodinja nas večkrat razveseli s kakšnim priboljškom s sladnicami in raznimi brezalkoholnimi pijačami, sveže rožice za vazo pa poleg gospodinje prinese naša zvesta prostovoljka, gosa Ana Hudopisk.

*Maja Gregorič,
predstavnica Modre enote*



Srebrna enota

Himna Srebrne enote

Danes smo se zbrali,
da bi malo zapeli in zaigrali.
Vse skrbi vržimo v stran,
naj bo vesel današnji dan.
Svoje delo smo končali,
vcaših kar precej garali,
zdaj prišel je tisti čas,
ko delo ne preganja nas.
Vsak torek je tu veselo,
ko zberemo se mi,
vesele pesmi pojemo
in dobre volje smo.
Ko harmonika zapoje
in se kitara zaigra,
pravo vzdušje se ustvari,
saj Srebrna enota smo mi.
Zdaj šalce si nalijmo,
na zdravje kavico izpijmo,
da zdravi bili bi vsi,
prihodnji torek zopet zbrali se bomo mi.

Mirko Rotovnik,
predstavnik Srebrne enote

Iz danes za jutri, enota srebrnih

Kako preživeti leto, ko je hudo? Večina stanovalcev ne more ven. Zato moramo pomagati, poskrbeti za tiste, ki nimajo dovolj svojcev. Prevzamemo nalogo, da mi organiziramo in izvajamo pomoč, na primer kratke nogavice, stopalke, modele iz posebne volne za sladkorna stopala. Naj bodo v prvem planu čarobni zimski prazniki v materialnem pomenu. Prva bo naša skrb za toploto. Čarobnost zimskih praznikov si bomo pričarali s čudeži glasbe in besed. Večkrat si bomo povedali kaj za prijaznost ali pa za smeh. To je prvi prispevek za prvo polovico zdravja. Za to dejavnost ne potrebujemo denarja.

Skrb za prijazne odnose. Vsak, ki tu živi, je bolan ali pa prestar za samostojnost. Zdravi so doma. Kljub težavam lahko vsak nekaj postori, da nam bo lepše. Tudi zato ne potrebujemo denarja. Na primer: »Prosim, če mi lahko pobereš, kar mi je padlo na tla.« Prošnji vedno sledi zahvala. Sosed v sobi je bolan. Vprašajmo ga, ali ima rajši pogovor ali tišino. Pazimo, da ne vsiljujemo pomoči. Močnejši pomaga šibkejšemu. Obstajajo malenkosti, ko ni treba čakati na osebje. Na tak način se odnosi med prebivalci doma zelo izboljšajo. In to je dodatek prispevek za ohranjanje zdravja.

Dobro je delati dobro. Po tem pravilu človek notranje in zunanje raste. Sposoben je nuditi prijazen nasmeh, mogoče živahen pogled ali pa ponuditi toplo dlan. To so elementi za človekovo zdravje.

Stanislava Hodnik,
predstavnica Srebrne enote



Rumena enota

Tukaj nam je lepo

*Danes tukaj nam je lepo,
kot nam že dolgo ni bilo.*

*Vesela družba zbrani smo,
radi si zapojemo.*

*Vsako jutro se razmigamo,
potem pa kavico z veseljem spijemo.*

*Nam dolg čas tukaj ni,
saj aktivno preživljamo dni.*

Stanovalci Rumene enote



Naš nabiralnik



Moje dežurstvo

Naša vodja enote, gospa Kamnik, nas je obvestila, da bi stanovalci in stanovalke ponovno začeli z dežurstvom na recepciji kot nekdanj in nas prosila, naj priskočimo na pomoč, saj so se začeli dopusti in je premalo osebja.

Tako se je začelo moje dežuranje v poslovni enoti, v dopoldanskih in popoldanskih urah. Moja naloga je opazovati obiskovalce ali nosijo obrazne maske, si razkužujejo roke ter poskrbeti, da se vpišejo v knjigo obiskov. Večina je to rada storila in s prenekaterim stanovalcem je stekel pogovor še o vremenu in vsakdanjih stvareh. Srečala sem se tudi s svojimi nekdanjimi sokrajani, znanci in celo sosedi.

Ko so ljudje odhajali, sem na njihovih obrazih opazila različna razpoloženja. Nekateri so bili sproščeni in nasmejani, verjetno zadovoljni s stanjem svojega sorodnika ali prijatelja. Drugi pa spet zamišljeni in redkobesedni, slutila sem njihovo skrb in stisko. Nekaj jih prihaja vsak dan, drugi občasno ali tedensko.

Dežurati ni težko, saj tako hitro mine čas, čeprav se ne dogaja nič posebnega. Ja, to je moje – naše dežurstvo.

Majda Borovnik



Novoletna

*Dober večer vam želimo,
novo leto voščimo,
da bi zdravi in veseli
se tako naprej bili.
Zapojmo staremu letu v slovo.
Prej, kot se razidemo,
poslušajte zvesto, odprite srce,
roke si podajmo, saj dobri smo ljudje.
Srečni, zdravi bodite v novem letu,
radi se imejmo vsi,
čeprav staro leto se poslavlja,
novo leto se rodi.
V novem letu veliko želja imamo,
da denarce bi preštevali,
malo povišice bi nam dali,
takrat bi bili veseli vsi.*

*Čeprav nekatere bo skrbelo,
kaj nam leto prineslo bo,
živeti želel bi vsak izmed nas,
leto, ki prihaja, naj bo veselja čas.*

Mirko Rotovnik



JANUAR in FEBRUAR

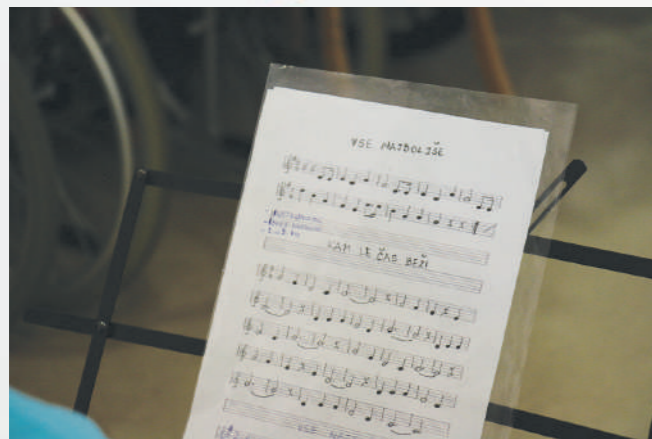


MAREC in APRIL



MAJ in JUNIJ

JULIJ in AVGUST



Čarovnija

Babi Ani je prišla domov. Parkirala je svojega old hitrega pod parkirni nadstrešek. »Opla. Ji pa dobro gre, čeprav jo stalno bolijo roke,« reče vnukinja Erin. Mlajša, Enja, pa pripomni:

»Šefica je ta naša babi.«

Odropotali sta naprej na prostorno dvorišče. Babi odpre prtljažnik. Na tla položi kartonsko škatlo. Prime še ročno torbico, ki je bolj podobna nakupovalnemu cekarju.

»Erin! Babi je nakupovala. Pridi. Ji bova pomagali.«

Pretvarjali sta se, da je vse težko. Na hišni prag sta postavili škatlo. Nato sta pritovorili še ročno torbo. Sedli sta na prvo stopnico. Bili sta čisto tiho. S počasnimi koraki pride še babi in se široko nasmeji:

»Oh, ja. Meni je pa zares krasno. Naj vaju objamem od veselja, ker mi tako pridno pomagata.«

Ljubeč objem in trden stisk sta potrdila, da se imajo rade. Da so vesele, da so skupaj. Babi je stegnila roko in rekla:

«Zdaj pa, prosim, naredita na mizi pod brajdo praznik.»

Enja in Erin sta vzeli iz nakupovalne škatle zavojček jagod. Splaknili sta jih najprej z vročo vodo, nato pa še osvežili z mrzlo. Z razpršilko sta jih olupšali s kepicami smetane. Prinesli sta še servietke in žličke z dolgimi ročajmi. Babi dobi rdečo, Erin zeleno in Enja korenčkovo rumeno. Babi je hotela, da se lepo obnašajo. Rekla je kultivirano.

»Meni se zdi, da to pomeni dolgočasno,« tiho pripomni Erin.

»Ali sta bili pridni doma?«

»O, ja, babi. Vozili sva se s kolesom. Šteli sva piščance. Vedno je eden manjkal,«

pove Enja, Erin pa doda:

»To je res čudno. Jaz pa sem imela vedno enega preveč. Ne razumem tega.«

»Pa preverimo, če so še vsi,«

se babi hudomušno nasmehne in vrže drobižkom semena. Piščanci jejo. Komaj utegnejo dihati, tako se bašejo. Babi objame vnukinji okrog ramen in štejejo:

»En, dva, tri ... devetnajst, dvajset.«

»Bravo. Vsi so. Dobro jih čuvata,«

babi pohvali deklici. Ti pa se začudeno spogledata. Starejša reče:

»Babi, ti se pa znajdeš.«

»Zakaj?«

»Da dajo mir med štetjem, jim daš hrano,« navdušeno pripomni. Babi se nasmeji. Krene proti hiši in zamrmra:

»To so pa izkušnje.«

Le predi, dekle, predi

Temačnega dne me je nekdo rahlo prijel za roko. Bolj sunkovito in bolj prijazno pogledam. »Kaj pa je?« sem se spet bolj obregnila, kot pa vljudno vprašala. Bila je prijazna gospa od osebja. Pravila sem ji gospa Zvonka.

Ob torkih imamo čas za prostovoljstvo. Dobimo se v jedilnici srebrnih. Večinoma je zanimivo, po naše bi povedala takole: »Imamo se fajn.« Iz zamisli popevčice: »Imamo se fajn, če nam prav je, al' ne ...« Vsak torek po skupinski telovadbi prideta gospe Marinka in Tatjana. Iz jedilnih mizic sestavimo eno veliko mizo in dobimo omizje. Delamo vsi, počasni in hitri, vozičkarji, hojcarji, berglarji in osebje. Marinka začne okraševati in vsi dopolnjujemo osnovno zamisel. Včasih nastane dekoracija, včasih pa »od-dekoracija«. Vse, kar nastane, je drugače kot vsak dan. Zadnje dni imamo na mizi klovna z brado. Kar naprej hoče, da kaj ustvarjamo. Jaz mu pravim, da je Gusti, eni drugi, da je Tin Tin. Krst bo takrat, ko se bomo vsi zedinili za isto ime. Potem bo dobil osebno izkaznico.

Izdelava:

- potrjeno na uradu za reševanje zasebnih zadev
- podpis uradne osebe

- podpis lastnika
- potrditev: pesem Mirka Rotovnika in Tatjane Lušnic (kitara in harmonika)
- pogostitev: 3-5 keksov, kozarec za na zdravje (vsak hišne izdelave)
- vodja programa: gospa Marinka

Za našo dejavnost ne rabimo posebnih seznamov, delujemo po načelu: Pridi, kadar zmoreš.

- Domisli se pozneje, da bo ob veselih torkih bolj pestro.
- Gojimo lep govor in se vadimo lepih manir.
- Smeh in razumevanje sta vodilni sili.

Dejavnost se bo ukinila, ko ne bo več sodelavcev. Začetek: po TV med 9.00 in 10.00. Konec: ko končno zapustijo prostor vsi sodelujoči, tik pred kosilom.

Dejavnost ima sodelujoče, gonilna sila oz. lokomotiva pa so: Marinka Lampreht, Tatjana Lušnic in Mirko Rotovnik.

Mravljice

So šle tri mravljice v nedeljo na sprehod in mravljica pove: »V žepu imam najmanjši cekar. Tisti nakupovalni iz platna.«

»Kaj?« se začudita ostali dve.

»Smo rekle, da ne bomo nič delale.«

Mravljica se zasmеji, »Kaj, kaj? Ko pa gobe spečem, se jih pa nikoli ne braniš.«

Sestrice nadaljujejo pot. Pridejo do zapuščene hiše. Iz vseh obokenjskih špranj silijo rože. Stare domače vrste.

»Veste kaj, punce. Počitek! Moram si ogledati to zapuščeno lepoto,« pove A mravljica. Iz nahrbtnika potegne podoben cekar, kot ga ima A mravljica, in mazilo.

»Te starodavne gartrože, fuksije z drobnimi cvetovi, vztrajne pelargonije, astre in cinije morajo dopolniti moj navrški park.« Njen obvezni nahrbtnik je bil vroč od sreče. Počitek so že prej podaljšale. A mravljica in J pogledata, kje počiva L sestra. Včasih ji pri hoji

nagaja desna sestra. L mravljica je imela v eni roki razpeto zložljivo košaro, v drugi pa močne škarje.

»Punci, počakajta me!« Tukaj raste božanska hribja resa. Otroci in moj mravljinec bodo čez vse veseli tudi dišeče materine dušice.

Nasmejane so se podprle s požirkom čudežne moči v tekočini. Odšle so proti domu. To je bil zanje lenobni dan za počitek.

Iz doma v dom

Dobro jutro, dragi. Zelo si hiter. Tvoji današnji opravlki niso nič posebnega. Zakaj potem tako zgodaj že rogoviliš po hiši?

Na mizo dam dva roglička. Zvečer sem ju dala iz skrinje. Lepo dišita. Za hip ju dam v mikrovalovko. V ustih pa sta kot fina igračka iz najboljše gume.

Ti. Megla se dviguje nad naše domovanje. Z nevidno silo moči prodira sonce.

Včasih me stisne čudna tesnoba. Kako dolgo še? Do kdaj? Si pa trapa. Tega nihče ne ve.

Nekega mokrotnega, blatnega dne sem zapustila negovalno bolnišnico. Po čudni poti se peljem. Tu se ne gre domov.

Čudno. Si čisto pozabila, kaj smo se dogovarjali. Seveda. Bolj so me zanimala bolečina. Čudno. Zakaj drugi ne občutijo bolečin bližnjega?

Ustavili smo se. Iz doma. Joj, kako neizmerno ga imam rada. Ta moj prvi človek. Moji gibi so brezčutni. Zakaj pravzaprav gremo sem?

*Pa ja veš!
Tukaj bo odslej tvoj dom.
Telo je zahreščalo. Ne.
Nevidna bolečina me je polnila s sovraštvom.
Moja topla duša pa se ne zna ogreti.*

Nekoč bo tudi to.

Marija-Mojca Bezjak



Hišni band 5M

V preteklosti smo bili solisti, gospod Mirko Rotovnik na kitari, gospa Milka Urbancl na sintisajzerju, jaz na mandolini in gospa Majda Borovnik s svojim lepim glasom. Imeli smo različno dolge glasbene poti in



izkušnje, toda ljubezen do glasbe nas je združila. Veliko svojega truda je vložila in še vlaga naša dirigentka Mojca Kamnik.

Naša začetna vaja je bila 16. februarja letos. Ob sredah vadimo z našo dirigentko, sami pa tudi še ob koncertih tedna. Sedaj imamo počitnice, toda kmalu bomo nadaljevali, verjetno pa dobimo še okrepitev. Na harmoniko bo igrala naša prostovoljka zborovodkinja, gospa Tatjana Lušnic. Poimenovali smo se Band 5M, no, in to bomo morali spremeniti, saj nova bodoča članica nima imena na črko M. Prvi uradni nastop smo že imeli, in sicer 25. maja pred Rotenturnom na prireditvi, namenjeni medgeneracijskemu sodelovanju, nastopali pa smo seveda na več domskih prireditvah in druženjih.

Maja Gregorič



Posebni junijski dnevi

Junij se je že prevesil v drugo polovico. Sonce, kot da se opravičuje za zamudo, močno pripeka. Uspevam, da v sobi obdržim sveži zrak in primeren hlad tako, da imam ponoči in zgodaj zjutraj odprta balkonska vrata, čez dan pa jih zapiram.

Nekega dne, ko smo se potili že pri zajtrku, se vrnem v sobo, prižgem televizor, ga preklopim na interni program in z našo Vesno opravim jutranjo telovadbo, ki me precej utruja, zato si privoščim počitek in ponovno zaspim. Prebudi me ropot. Helikopter zoper rešuje življenje, pomislim. Rada ga opazujem, kadar pristaja na bolnišničnem heliportu in nato približno čez dvajset minut odleti proti Ljubljani ali Mariboru. Takrat vedno pomislim, kako pomembna je hitra in strokovna pomoč in kako smo lahko zadovoljni, da imamo bolnišnico, ki hodi s časom in za naše skupno dobro uvaja številne novitete.

Opazujem nebo in čakam. Vrabčki, ki vedno zbežijo, kadar prihrumi velika albatrosova podoba, danes mirujejo. Ropot pa ne poneha. Končno ugotovim, da ropota kosilnica. Naš vsestranski Mirko ureja okolico našega Doma. Ker ga priganja delo, očitno ne pomisli, da sončna pripeka tudi mlajšim in mladim ne prizanaša. Lahko bi košnjo preložil na hladnejši čas, si mislim, kar pa si naše dobre in pridne kuharice ne morejo privoščiti, da bi kosilo prestavile na večer, v vročini morajo vztrajati in lahko si predstavljamo, kako se počutijo. Na srečo pa smo pregnali covid, kako bi sicer negovalci preživeli še v skafandrih. Pa še nekdo se v teh dneh posebno poti. To so srednješolci, ki opravljajo zrelostni izpit in iskreno jim privoščim veliko uspeha.

Bliža se čas kosila. Nekdo potrka na vrata. Vstopi gospa srednjih let. Že jo hočem opozoriti, da je verjetno zgrešila prava vrata, pa me prehitijo. Opraviči se za nenapovedan obisk in se predstavi. V imenu razreda, ki je leta 1970 končal šolanje na Ekonomski šoli Slovenj Gradec, me je osebno prišla povabiti na srečanje ob petdeseti obletnici mature, ki jo zaradi covida praznujejo z dveletno zamudo. V mislih zagledam razred, ki je bil še v stari vegasti zgradbi na Vorančevem trgu v vlažnem pritličju in se spomnim, kje je sedela. Z veseljem ji obljubim udeležbo.

Srečanje je predvideno čez teden dni, v četrtek. Pomislim, da bi se spodobilo imeti urejeno frizuro.

Frizerka prihaja vsak torek in petek. V poštevek pride torej le torek. Frizerka se resnično potruji, toda ker hodim vsako sredo popoldne v naše »Banovce«, se mi frizura sfiži zaradi vodnih hlapov. Potožim prijazni negovalki, ki mi svetuje, naj se oglasim pri sestri Janji, ki ne da pozna in blaži zdravstvene težave, zelo dobro zna opravljati tudi frizerske storitve in še posebno »make up«. Toda, saj ne morem motiti njenega rednega dela. Sprijaznim se z mislijo, da prijateljujem z demenco in mi bodo neurejenost oprostili.

S kolegico Marijo sva dogovorjeni, da pride v četrtek do mene in skupaj počakava na prevoz, zato se odpravim v pritličje Doma bolj zgodaj. Tam pa srečam sestro Janjo. Povem ji, kaj se mi je zgodilo in da veliko mislim nanjo. Vpraša me, koliko časa še imava in me takoj povabi v frizerski salon. Tu me neverjetno hitro in lepo uredi. Preden mi polakira lase, se pogledam v ogledalo, pa ne vidim svoje frizure, ampak našo vodjo enote, gospo Marjano, ki je ravnokar prišla mimo. Nekaj zagigram v opravičilo, čutim se krivo, ker mislim, da bo sestra Janja zaradi mene klicana na zagovor, opravičujem se, ker mi je resnično žal, ona pa mi samozavestno odgovori, da je gotovo zelo zadovoljna, saj hoče, da so stanovalci vedno primerno urejeni. Verjamem ji in se pomirim. Nazadnje mi nagaja še ogrlica, zato priskoči na pomoč še moja ključna oseba Sandra in pripravljena sem v dogovorjenem času.

Srečanje je bilo zelo prijetno in dobro organizirano. S kolegico sva ostali do zaključka. Obljubili smo si, da se bomo odslej videvali vsako leto. Verjamem, da to niso prazne besede, kajti bolj ko leta tečejo, rajši se spominjamo mladosti in svojih sošolcev.



Nekatere skupine pa po zaključku šolanja ostanejo celo v trajni zvezi, se pokličejo, se srečujejo in kadar v Domu obišejo tudi mene, se zgodi prazničen dan. Tudi letos sem ga že doživela.

Teh dni se rada spominjam. Kaj se me je pravzaprav tako dotaknilo. Občutek, da sem v Domu obkrožena z osebjem, ki ne nudi le pomoči, kadar je potrebna, ampak se tudi potruji izpolniti vsakršno željo. Posebej pa me osrečuje spoštovanje in hvaležnost mojih nekdanjih mladih slušateljev in zadovoljna sem, da sem uspevala v svojem poslanstvu, kar mi daje moč, da lažje prenašam svoje nadležne starostne tegobe.

Ljudmila Urbanč

Mojih okroglih deset let v Domu

Prvega septembra bo minilo natanko deset let, odkar sem stanovalka našega Doma. Stanujem v prvem nadstropju na Zeleni enoti, kjer imam svojo sobo, ki je urejena čisto po mojem okusu. Z bivanjem tukaj sem res zelo zadovoljna, kakor tudi s prijaznim osebjem, s katerim, če lahko tako rečem, res dobro sodelujemo in rada priskočim na pomoč, kjer je to potrebno.



Najljubši dogodek oz. presenečenje, ki so mi ga zaposleni v sodelovanju z mojimi otroki pripravili, je bilo praznovanje mojega 90. jubileja, ko so posebej zame prišle pevke iz Šmartna in mi tako čudovito

zapele, da so se mi od ganjenosti v očeh nabrale solze. Še posebej hvaležna sem gospe Ivici Peruš, ki me je na tisti moj dan spremljala in me čustveno podpirala.

Rada sem aktivna, zato imam več hobijev, med drugim ob rožah na svojem balkonu skrbim tudi za cvetlične lonce na naši skupni terasi. O tem, kako lepo uspevajo, se lahko prepričate sami. Moja največja strast so ročna dela oz. »štrikanje« in kvačkanje in v vseh teh letih sem ustvarila skoraj 500 volnenih nogavic različnih velikosti, okrog 60 kap, 50 blazin, najrazličnejših ogrinjal, gamaš, jopic in puloverjev. Z veseljem obiskujem tudi telovadbo in sem redna udeleženka poletnih iger, rada pa vržem tudi karte, rešujem križanke, berem, trenutno pomagam tudi z dežuranjem na recepciji. Zadovoljna sem, da sem pri svojih 91. letih še tako vitalna, da sem lahko aktivna na področjih, ki me veselijo in me izpopolnjujejo.

Marija Matvos

Skrb za starostnike

Ko sem kot mlado dekle nekega dne v pozni jeseni sedela zunaj na klopci, sem na pragu sosednje hiše videla sedeti takrat starejšo žensko z naglavno ruto, dolgim krilom in v lesenih coklih, nogavice je imela iz pletene domače volne, sicer pa je bila pomanjkljivo oblečena. Njene roke so bile videti utrujene od fizičnega dela, od rame do komolca pokrite z obrabljenim pletom iz flanela. Od časa do časa je vstala in naredila nekaj korakov. Imela je malo okrivljeno hrbtenico. Soseda, ki sem jo pozneje srečala, mi je povedala, da ta ženska hodi od hiše do hiše in gostuje od deset do štirinajst dni pri vsakem, saj se tako preživlja.

Čez nekaj dni je prišla tudi k nam in na moja vprašanja je odgovorila, da je bila poročena, mož, s katerim sta imela otroke, je pred leti umrl. Najmlajši je po končani osnovni šoli odšel k svoji teti, hčerka se je poročila in zapustila dom, najstarejši sin pa je ostal doma in skrbel za kmetijo. Hiša je bila lesena, nizka in pokrita s slamo. Ko so otroci odrasli, je bila premajhna za vse, prav tako pa je družina imela tudi denarno stisko. Gospa se ni pritoževala, a na njenem obrazu je bilo videti zaskrbljenost, kako dolgo bo še lahko živela na takšen način.

V tistih časih še ni bilo organizacij, ki bi pomagale



starejšim brezdomcem. Kasneje se je stanje začelo izboljševati, vendar je bilo še vedno neprimerljivo z današnjimi organizacijami za pomoč ljudem v stiski. Bodisi s pomočjo na domu, z domovi za ostarele ali pomočjo pri sorodnikih. Seveda se pri tem vedno pojavi problem pokrivanja stroškov, saj takšna pomoč cenovno ni dostopna vsem. Če ima starostnik dovolj svojih dohodkov, je zadeva urejena. V nasprotnem primeru pa morajo pomagati svojci ali v skrajni sili tudi občina, ki vodi postopke za takšne primere in dodeli pomoč, ki jo posameznik potrebuje. Torej, dragi moji sostanovalci in sotrpini, kjerkoli ste, nismo sami, vedno imamo drug drugega.

Viktorija Pušnik



Virusna pesem

Cena je bila velika
in placali smo jo vsi,
kakor nerešnicna slika,
se nam vse to morda zdi.

O, saj tukaj je cepivo,
ki bolezen ublaži,
upanje ostane živo,
da človeštvo preživi.

Virus pa se kar razsaja,
se spreminja in grozi,
kdaj le bo prišel do kraja,
to nas najbolj vse skrbi.

In zato pamet v roke,
vsak naj zase poskrbi,
čuva stare in otroke,
da jih virus ne ulovi.

Dobra volja in veselje
v težkih časih sta zaklad,
da te malodušje ne zapelje,
ju imej vsak dan bolj rad.

Zofija Verčnik

Cvetlice moje miljene!

Cvetlice moje miljene,
kako ste lepo pisane,
cvetijo mi vsak letni čas,
na mizi, na omari ste mi za okras.

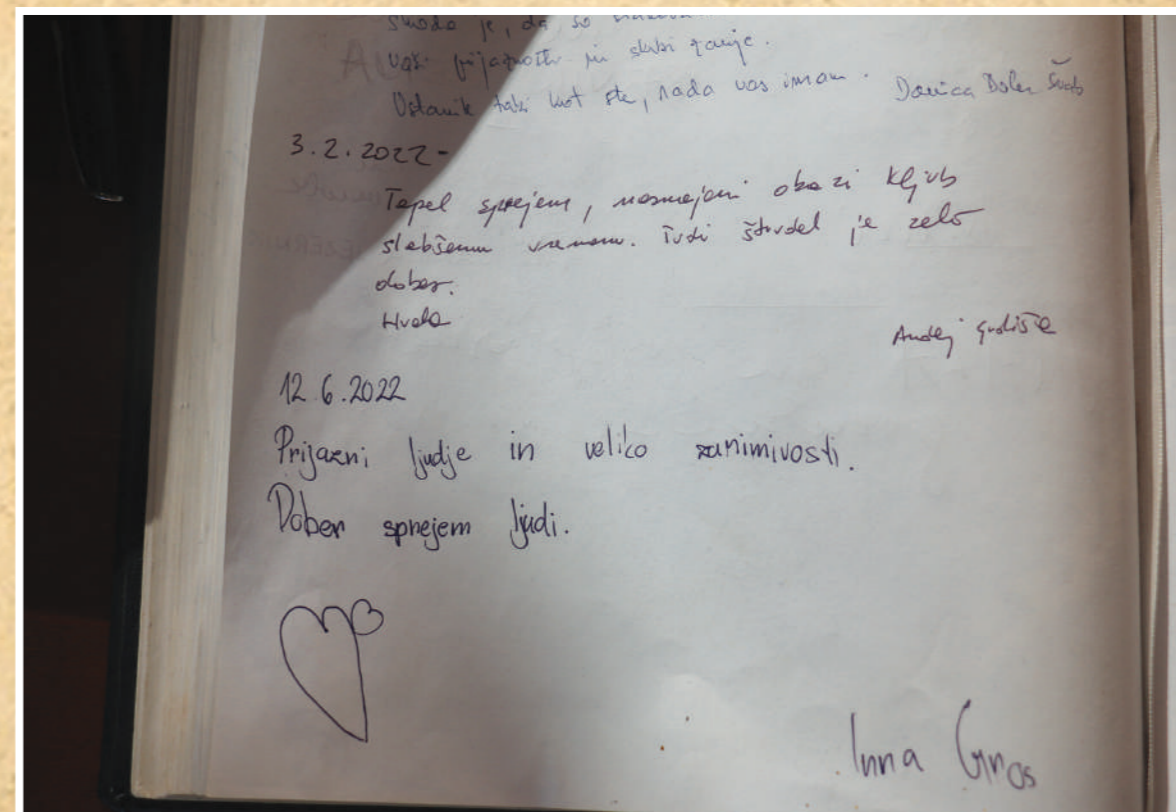
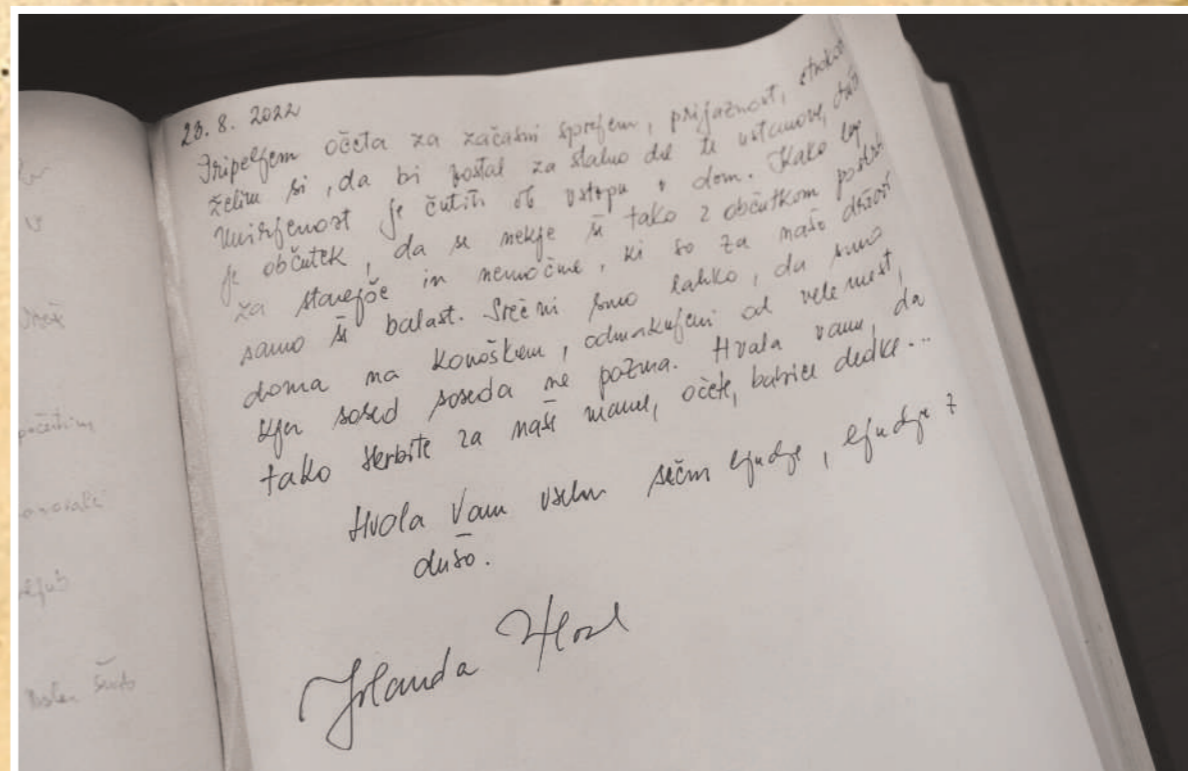
Ko gledam ta lepi cvet,
ki iz papirja je nared,
ponos mojega dela so,
rad delam in pojem si.

Cez leto na mojem oknu
tudi rožice cveto,
so za okras in lepoto,
zato lepo skrbim za njih.

Poleti večkrat v naravo grem,
kjer tišina vlada in rožice cveto,
tja vleče me srce,
kjer kraj je tihe sreče.

Mirko Rotovnik

Knjiga vtisov...



Glasba v našem domu



Vokalna skupina ZaPet



Poletni koncert: skupina ZIRCUS in Maja B.



Dunja Vrhovnik



Odprta vaja Kitarskega orkestra GŠ SG



Dravograjski sekstet



Suha Južina



ansabel Štirje kovači



Polonca in Klavdija



Maja Bračič



Poletni koncert: Hedera Vento

Tudi to se nam dogaja ali Kotiček za smeh



Dialog pri malici

Pogovor teče o tem, kako opravljaš svoje delo, in če lahko opravljaš več stvari naenkrat.

Oglasi se K. B.: »Jaz tega ne morem ...«

J. M.: »Ja ka' tej nisi ženska, to pa ja ženske vse zmoremo ...«

K. B.: »Hehe, seveda sem ženska, samo imam očitno moške možgane ...«

Računalniški tečaj

J. M. vzame v roke košček papirja, ki je bil na mizi in na katerem je bila narisana risba. Ker je bilo vse manjše, in ona brez očal, je to sliko hotela povečati. Nekaj časa se še trudi in potem ji sodelavka reče: »Ja, kaj pa delaš?«

J. M.: »Ojej, seveda tega ne morem povečati, saj slika ni na »tač« telefonu ...«

Ime sodelavke

I. P.: »Kako si jaz nisem mogla zapomniti imena od MEVLIDE.«

A. R.: »Ja, marsikdo jo kliče MELVIDA.«

I. P.: »Zato pa jo jaz pravilno kličem MELDIVA.«

Penzija

Pri malici ugotavljamo, katere sodelavke bodo šle v penzijo in kdaj. Pa reče S. P.: »Ne bo dolgo mir pred njimi, bodo hitro prišle k nam nazaj v Dom ...«

Dežurstvo v recepciji

V času covida so se v recepciji evidentirali različni podatki glede obiskov. Merili so tudi temperaturo. Ko sorodnik vpiše svoje podatke, mu A. R. želi izmeriti še temperaturo, ampak v roki je imela edigs miško, zato obiskovalec reče: »No, s tem pa sigurno ne bo pravega rezultata.«

Na seznamu za ime obiskovalca ob 9. uri je bilo zapisano: »Presenečenje.«

Ker je ta dan bila v recepciji dežurna K. B., vpraša S. P., kaj to pomeni.

S. P.: »Ne vem, ker sem pozabila, kdo se je prijavil, pa sem napisala »presenečenje.«

Banana

I. P. pride v pisarno in vpraša A. R.: »A ti veš, a sem jaz danes pojedla banano?«

A. R.: »Haha, tega pa jaz ne vem.«

I. P.: »Aja, saj pa lahko pogledam, če jo še imam ...«

Napačen izračun

Sodelavka pride v pisarno in pove, da so se pri izračunu datuma za odhod v penzijo zmotili in ji niso upoštevali dveh let. Pa reče I. P.: »Se popolnoma strinjam s tabo, jaz bi že tudi včeraj morala biti v penziji ...«

Igranje klavirja

Ko M. L. zaključi z malico, začne s prsti tapkati po mizi. Pa mu mimoidoča stanovalka reče: »A vi igrate na klavir?«

M. L.: »Ja, pa tudi glasbo slišim zraven.«

Pri mizi smeh in sodelavka reče: »To pa bolje, da ne govoriš na glas, danes je v ambulanti ta prava zdravnica, te bomo kar tja pospremili.«

Prižgane luči

V dnevnem centru je bilo potrebno pospraviti in urediti nekaj stvari. V službo pride tudi M. K. Ko se že odpravlja domov, pogleda na parkirni prostor pred Domom in reče: »Kako sem pa lahko pustila na avtu prižgane luči, saj predvidevam, da če vzameš ključ iz kontakta, luči ugasnejo in ne bi smele goreti.«

Potem pa se nenadoma spomni: »Ojej, saj pa danes nisem sama prišla z avtom, zunaj me čaka mož.«

Kava

J. Š. ponudi sodelavki S. B. kavo iz avtomata in jo obenem vpraša: »Koliko »cukra« 'maš pa ti?«

S. B. nekaj časa premišljuje in reče: »Mislim, da ga imam tam okrog 4,5.«

J. Š.: »Pa ne tvoj krvni sladkor, za kavo te sprašujem!«

Hišniška opravila

Pride M. L. v pisarno, v rokah ima klešče in vpraša, če katero malo »pošraufa«.

Sodelavka mu odgovori: »O, ja, rabim lagerje za kolk – za levega.«

Pa M. L. odgovori: »Zakaj pa prej nisi kaj omenila, sem jih danes kupil osem in samo 2 € je bila cena enega!«

Ličenje

J. Z.: »Kako si ve zjutraj naličite oči, če imate očala gor?«

A. K.: »Ja, dol si jih daš ...«

J. Z.: »Če pa potem ne vidim!«

Dvojčici

S. P. razlaga sodelavkam, kako pripravljajo presenečenje za praznovanje ob okrogli obletnici mame in njene sestre dvojčice. Ker sodelavka ni sledila in poslušala, je ujela samo besedo teta in praznovanje, zato vpraša:

»A skupaj praznujeta okroglo obletnico?«

Pri mizi vsi v smeh in S. P. reče: »Ja, seveda, če sta dvojčici.«

Anita Ruhitel, strokovna sodelavka



IVANA VRANJEK SLAVI 100. ROJSTNI DAN



DEVICA, 24. 8. 1922 ŽP 1 – Turško oko, številko 6

Naša DEVICA je danes kraljica. Njena življenjska pot je individualna, imela je poklicne uspehe in precejšnje spremembe v življenju. Imela je uspehe in tudi srečo, bila je pogumna in samozavestna, imela je močno voljo do vsega, ustvarila si je družino, obenem pa bila vdana tudi svoji službi, ki jo je opravljala dolga leta in imela stike z ljudmi, ki povedo, da je bila nadvse ljubezniva in odprtega srca, priljudna in iskriva, lepa, prava srčna dama.

*Kam le čas beži, kam se mu mudi?
Res laski so vaši na glavi srebrni,
A na pametno glavo sodi še krona,
Lepa blesteča, saj pri stotih letih ni dvoma.
Ja, da boste še dolgo tu kraljevali,
In podanikom svojim ukaze dajali:
Cukra naj malo bi ji v kavo še dali,
In vinca kozarček za moč ji dodali.*

*In usteca majhna ima naša kraljica,
Vanje lahko se doda ji kakšna potica,
A vse mora biti mehko in bolj tekoče,
Naj za nežno dušico ne bo kaj prevroče.
Inu, Trubar bi rekel: «Dajte kraljici, kar ona hoče!»
Vendar Ivana ni Orleanska,
Res je dama pristna, častitljiva-slovenska.
A danes bo na glavo krona ji dana,
Naj se vidi in sliši,
Ja, da naša Ivana gospa je ta prava,
Edina, ki danes je srečala dva Abrahama,
Ki pravita ji, da nikdar ni sama.
Vekomaj, da jo varujejo angeli dobri,
Saj pota so njena bila vselej prava,
Enkratna, odlična pritiče ji slava.*

*Dobro, najboljšo, zdravja
Obilo ji zdaj vsi želimo,
Bodi to naše iskreno voščilo,
Res, naj Bog vam nakloni še dolgo življenje!
O, oče nebeški, dodaj jih lepih še let! To vam želimo.*

Seniorji, seniorke, juniorji in juniorke

To smo mi, ki smo mladi po srcu in veselo pojemo, tudi kakšne žalostne pesmi, se ve, takšne, kot so jih napisali ljudski pesniki, ko so šli mladi fantje služiti cesarju, pa jih ni bilo kar dolgo nazaj, pa je bilo vmes tudi kar za dober voz polomljenih src, ki jih je bilo pa zelo težko popraviti. No, saj vemo, kaj vse ljubezen stori! Nič hudega, tu sedimo v senci velikega parka na klopeh in obujamo spomine na našo mladost, primerjamo preteklost, minule čase s sedanjimi in kar z malo nostalgije pojemo tisto pesmico: »Zlati časi, kam hitite ...«

Res je preteklo že veliko vode iz Suhadolnice, reke Mislinje, ko je tudi naše »malo mesto« ob potoku Homšnica leta 2008 dobilo nadvse moderen Koroški dom starostnikov na Celjski cesti, ki pa je lahko vzor vsem domovom, saj tu gradnji niso botrovali samo arhitekti, občinski svetniki in civilna iniciativa, vmes je posegla tudi ženska pamet in ta je bila odločna in suverena gospa direktorica doma, gospa mag. Marjana Kamnik, ki je imela vizijo, kako naj bi izgledalo to prihodnje bivališče za ljudi, ki bodo prišli v DOM. Da bi jim bilo prijetno, lepo, toplo in domače.

Že na prvi pogled, preden vstopimo v predverje, je pred vhodom dvoje nasadov cvetic in obiskovalci si lahko ogledajo še vrteče posnetke iz življenja stanovalcev in njihovega udejstvovanja pri zabavah in športu.

Večje fotografije skozi kamero posnamejo res prisrčne prizore udeležencev, zagnanih seniorjev in seniork, ki zavzeto tekmujejo na prireditvah, juniorke pa, zveste svojemu poklicu in zadanim nalogam pri negi in pomoči potrebnim, vneto spodbujajo stanovalce in jih animirajo, da lahko vsak preizkusi svoje zmogljivosti in si na moč prizadevajo, da bi po tistem starem grškem reku pri ljudeh ohranjale zdrav duh v zdravem telesu, kolikor ga lahko največ še ohranjajo, da so fizične in psihične sposobnosti ljudi takšne, da si lahko tudi še sami kaj pomagamo ob njihovi pomoči. Da bi doživljali čim manj stresov, ko se vživljamo v drugo življenje izven svojega domačega okolja in ni vseeno, kako se kdo počuti in vsak se lahko zaupa nekomu in se otrese strahov ali da tudi drugače izrazi svoja čustva, kar je najboljšo zdravilo za vse naše tegobe in to je večje zdravilo od vseh predpisanih medikamentov.



Morda je tudi meni tistega lepega dne, ko sem prišla z vso prtljago v ta Dom, zato tako silno narasel tlak, nehote in nevede, čeprav zavestno nisem zaznavala nikakršnega strahu, kaj bo in kako, a me je objela nekakšna toplina, ko sem gledala sončno barvo fasade, obilje cvetočih belih in rožnatih cvetov hibiskusa, ki kot metulji visijo na grmičevju in jih obletavajo žuželke. V sami recepciji pa je tudi tako, kakor bi se znašla v samem botaničnem vrtu – polno sobnih rastlin in udobno, moderno pohištvo v vseh prostorih, kolikor mi jih je uspelo že videti.

Stisk roke in ljubezniv pogled iz oči v oči veliko pove o gospe mag. Kamnikovi. Dobrodošlica in mehak ton glasu bi vsakega pomiril in iz vsega je lahko razbrati iskrenost in blag značaj, pa tudi suverenost in odločnost, kadar je to potrebno.

Vse to me je navdalo z veseljem in vedrino, posebej pa še v naslednjih dnevih, ko sem ugotovila, kako vse osebje skrbi vsak za svoje naloge. Hišnik zelo resno in prav tako prijazno v dvigalu razlaga, kje je pralnica v kleti in pelje ogromno perila v pranje, kuharice se potijo pri štedilniku, saj morajo skuhati hrano in speči veliko kosov peciva in drugih dobrot, uprava ima na skrbi skoraj 100 stanovalcev, tu so še zavzete snažilke, ki skrbijo za čistočo in precej obsežno kvadratura čiščenja avle, hodnikov in drugih prostorov, saj so v tem Domu v pritličju poleg kuhinje in pralnice v kleti še vse sanitarije, obednica, delovni prostor, obsežna knjižnica, kjer si lahko sposodimo knjige, tu so delovna terapija in pisarne uprave. Na drugi strani pa so tudi še veliki prostori za fizioterapijo, še frizer, ambulanta itd. Tudi molilnica je v pritličju, stavba pa ima dve nadstropji, kjer so sobe stanovalcev in balkoni, kjer se lahko stanovalci nadihajo še kaj sončnih žarkov.

Imenitna fizioterapevtka strokovno obvlada svojo dejavnost in gospa Vesna Gologranc je prav juniorka, oseba, ki deluje na nove ljudi tako, da jih s svojim šarmom in ljubeznivostjo motivira in je kot magnet, ki s svojo energijo privlači in iz nas izvleče občutek, da bomo že še zmogli, čeprav nam od začetka morda kakšna zadeva ne leži kaj bolj pri srcu, ali ne znamo in pravimo, saj se bomo še kaj naučili, saj vaja dela mojstra. Ja, tudi to je del nekih njenih nalog-terapija skozi igro predmetov. »Ah in oh!« Vse je videti tako lahko in silno enostavno, potem pa moram vsaj jaz dvigniti roke v zrak v znak predaje, ko puščica za pikado leti do zadnjega mimo tarče. Potem pa so prišle na vrsto že poletne igre-metanje malih obteženih vrečk s kamenčki v nastavljena vedra. Pravim, da smo pravi »paraolimpijci«, ko sedimo na stoli ali rolatorjih, v invalidskih vozičkih, pa pogled si ga šmenta, seveda imajo zaenkrat igro in uspeh v svojih rokah seniorji, kot je gospod Janez Dokl, Marija Tisnikar in Hožica Ivanišević, ki sta bili res konkurentki našemu seniorju, tako da je moralo častno razsodišče odločiti, da se morajo ti trije igralci pomeriti še v zadnji rundi, ki bo odločila o razporedu na vrhu slavoloka zmage. In je nastal ta zgornji vrstni red: prvi gospod Dokl, druga gospa Tisnikar in tretja gospa Ivanišević. Tako zagrizeno in glasno je naše navijanje in vzpodbujanje, da imamo že čisto izsušena grla, pa nam naše zaposlene uslužno postrežejo še z osvežujočo metino in melisino vodo. Izgleda tako, kakor da nam gre za življenje, samo da ni nobenega rimskega cesarja, ki bi povsili palice navzdol, da bi bil kdo obsojen na smrt, če je kdo izgubil pri igrah.

Potem nam pokažejo juniorke, kako se kaj dela. Gospa Gologranc se obrne s hrbtom proti »košem« in tako na slepo meče tiste mošnjičke, ki so obteženi z drobnimi kamenčki in je videti kot kakšna nogometna zvezda z vsemi triki preigravanja in vragolijami. Smeh je res zdravilo za vse.

Pravijo, da gre tudi ljubezen skozi želodec. Res, čez naše koroške kuharice in njihove umetnosti kuhanja jih pač ni, saj vemo, kdo kuha in peče najboljše štruklje, pa ko obilno nadevajo ajdove žganke, še tiste slastne in velike grumpe, se nam res lahko cedijo sline, pa da ne govorim o pregrešno dobrih poticah in še o kakšni »pijani nevesti«.

Na hodnikih je po stenah razobešenih več kot 60 pobarvank, razstava gospoda Lojzeka Kralja pod imenom Melodija barv. Osebno pravim, da je to obilje in vzhičenost nad lepimi stvaritvami. Enako kot so te

slike, me navdaja veselje, da ima Dom tako obsežno knjižnico, kjer si lahko sposojamo knjige in razširimo svoja obzorja.

Kadar pa si hočemo spočiti in najti svoje ravnovesje, potem lahko gremo v velik in krasen park, ki je posajen in urejen estetsko in privlačno, kjer je napeljana tudi vinska trta, so rožni grmi in lepo, mojstrsko oblikovano grmičevje, potem so tu visoke smreke, letos z obilo storžki, ogromno cipres, ki so večno zelene in so postrojene kot vojaki na straži, park pa daje tudi po svoje občutek domačnosti prav zaradi tega, ker si je gospa direktorica omislila, da naj bi bilo na teh površinah nekaj sadnega drevja. Tako se lahko na tem prostoru ljudje družimo in se veselimo. Od zunaj prihaja tudi prostovoljka, gospa Tatjana Lušnic, ki vodi pevski zbor, igra na harmoniko in z velikim občutkom poje naše znane in stare ljudske, narodne pesmi. Lahko se ji samo zahvalimo za četrtkove vaje in vodenje pevskega zbora.

V tem DOMU ne pozabijo na proslave rojstnih dnevov. Svojci lahko vedno prihajajo na obiske in vzdržujejo stike in svojim dragim pripravijo vesele trenutke z željo, da bi bilo njihovim v DOMU prijetno, predvsem pa, da bi bili varni in oskrbljeni z vsem, kar potrebuje človek na jesen svojega življenja.

Danes praznuje svoj rojstni dan gospod I. G., ki ima častljivih 91 let, zaželimu mu, da bi dočakal še stotko, kakor jo bo kraljica stoletnikov, gospa Ivana Vranjek, ki bo tudi še v avgustu doživela in imela že drugič srečanje z abrahamom.

Vsem želimo, da bi seniorji doživeli lepo starost in v prijetnem sobivanju med stanovalci DOMA. V zdravju in v sreči! To vam želim iz srca!

Naj vas vse varno vodi cesta, ki pelje domov in nam vsem osvetljujejo pot luči Slovenjega Gradca, kjer živimo Slovenci že več sto let. To nam želijo Štirje Kovači v svojih zimzelenih pesmih!

Zora Založnik



Tihi grobovi

Med dvema svetovoma
nastaja praznina,
kjer grmijo topovi,
pa usta molčijo.

In obrazi so nemi,
na njih ni smehljaja,
je v duši praznina,
ki votlo odmeva.

Belo telo ne ječi,
v očeh več iskrice ni,
sovraštvo se razrašča,
nad živimi jastreb leti.

Mrhovinar nikdar sit
in ko se dela svit
na množična grobišča seda,
vrešči, vrešči: matjuška Ukrajina.

Črna vdova

Na grmovju je visela,
kjer si mrežo je razpela
črna vdova prav strupena,
da bi žrtev si ujela.

Gnezdo polno mladih pajkov
je vsak dan kar gomazelo.
Budno oko črne vdove
pa nad njimi je bedelo.

Glava pajka posušena
je na nitki obvisela,
mu jo odgriznila je žena,
črna vdova poročena.

Nihče ne ve, zakaj tako,
al' je tako ljubosumna,
al' pa ga ljubi tako močno,
da poje še njegovo telo.

