



Hiša po meri človeka.

Vezji

Doma starejših Šentjur

Poletje 2025, št. 67

Interno glasilo

**Vezi**

Interno glasilo
Poletje 2025
Številka 67

Izdajatelj

Dom starejših Šentjur
Svetinova ulica 1
3230 Šentjur

Uredniški izbor:

Pavla Prekupec
Elizabeta Prtenjak
Jasna Šalej
Suzana Koštomaj
Sonja Božič

Odgovorna urednica:

Suzana Koštomaj
- direktorica

Fotografije:

Arhiv
Dom starejših Šentjur

Oblikovanje in tisk:

Megaprint d.o.o.
naklada - 300kos

Koristne informacije

ZDRAVNIK:

Prihaja v dom po vnaprej dogovorjenem razporedu. Prisotnost zdravnika se preveri v domski recepciji.

FRIZER:

Vsako sredo dopoldan.

PEDIKER:

Po naročilu.

PSIHATER:

Po dogovoru dvakrat mesečno ob torkih od 15. ure dalje.

NEVROLOG:

Po dogovoru enkrat mesečno.

MAŠA IN MOLITEV:

Domska kapelica je odprta vsak dan.

Sveta maša poteka v domski dvorani vsak torek ob 9.45

Molitvena skupina vsako sredo ob 13.30 v kapelici.

BIFE:

Delovni čas: od 7.00 do 8.30

od 10.00 do 19.30

Strežba samo pri šanku: od 11.30 do 13.20
od 16.30 do 19.30

KNJIŽNICA:

Knjige si lahko izposodite vsak dan med 13. in 15. uro. Pri izbiri vam prijazno pomaga gospa Sonja Božič.

PND - POMOČ DRUŽINI NA DOMU:

Uradne ure: ponedeljek, sredo

od 12.00 do 14.00

petek

od 8.00 do 10.00.

SOCIALNA SLUŽBA:

Uradne ure: ponedeljek, sredo

od 12.00 do 14.00

petek

od 8.00 do 10.00.

TELEFONSKI IMENIK:

1. RECEPCIJA	7461 700
	051 316 000
2. DIREKTOR	7461 800
3. TAJNIŠTVO	7461 801
4. VODJA FRS	7461 802
5. FINANČNO RAČUNOVODSKA DELAVKA	7461 822
6. SOCIALNI DELAVKI	7461 803
	7461 833
7. VODJA ZDRAVSTVENO NEGOVALNE SLUŽBE	7461 815
	051 644 803
8. VODJA TIMA I	7461 807
	051 644 806
	051 644 268
9. ODDELČNA SESTRA	
10. VODJA SPL. KADROVSKE IN TEHNIČNE SLUŽBE	7461 923
	051 644 805
11. DEŽURNA SESTRA	
12. ZDRAVNIK	7461 806
13. FIZIOTERAPIJA	7461 808
14. KUHINJA	7461 811
15. DELOVNA TERAPIJA	7461 814
16. HIŠNIK	7461 816
17. PRALNICA	7461 817
18. BIFE	7461 841
19. CENTER	7461 888
20. HIŠA GUSTAV	051 288 601
(začasno bivanje, dnevni center)	

NASLOVNIK:

1. TAJNIŠTVO	info@dom-sentjur.si
2. DIREKTOR	suzana.kostomaj@dom-sentjur.si
3. SOCIALNA SLUŽBA	socialna.sluzba@dom-sentjur.si
	socialna.sluzba1@dom-sentjur.si
4. VODJA ZDR. NEGE	vodja.tima2@dom-sentjur.si
5. VODJA FRS	vodja.financ@dom-sentjur.si
6. VODJA TIMA I	vodja.tima1@dom-sentjur.si
7. VODJA TIMA III	vodja.tima3@dom-sentjur.si
8. VOD. KADROVSKE	vodja.kadrovskie@dom-sentjur.si
9. RAČUNOVODSTVO	racunovodstvo@dom-sentjur.si
10. OSKRBNINE	oskrbnine@dom-sentjur.si
11. FIZIOTERAPIJA	fizio@dom-sentjur.si
12. DELOVNA TERAPIJA	delovna@dom-sentjur.si
13. KUHINJA	kuhinja@dom-sentjur.si
14. PRALNICA	pralnica@dom-sentjur.si
15. CENTER	center@dom-sentjur.si
16. HIŠNIK	hisnik@dom-sentjur.si
	hisnik1@dom-sentjur.si
17. POMOČ DRUŽINI NA DOMU	pnd@dom-sentjur.si
18. EKONOM	ekonom@dom-sentjur.si

E-POŠTA:

Uvodnik

Spoštovani stanovalci, dragi svojci, cenjeni sodelavci in vsi, ki nas spremljate, pristrčno pozdravljeni v poletni številki časopisa Vezi!

S toplino v srcu in iskrenim veseljem vas nagovarjam ob izidu naše poletne izdaje domskega časopisa. Poletje nas obdaja z barvitostjo, življenjsko energijo in svetlobo – ravno tako, kot nas vsak dan navdihujejo ljudje in dogodki, ki soustvarjajo utrip našega Doma.

“Vezi” niso le zbirka besed in slik. So zgodba o življenju, ki ga skupaj gradimo – o skupnosti, ki diha z nami in za nas. Naša vizija Hiše po meri človeka nas vodi pri vsem, kar počnemo: naš Dom tako ni le prostor varnosti in oskrbe, ampak tudi prostor dostojanstva, smisla in srčnosti. Vsak stanovalec, vsak zaposleni, vsak svojec, vsak prostovoljec in vsak, ki se kakor koli vključi v našo mrežo, je del te zgodbe in ji daje edinstven pomen.



Poletje v našem Domu ni le čas sprostitve, ampak tudi obdobje ustvarjalnosti in razvoja. Aktivno sodelujemo pri številnih projektih in aktivnostih, ki pomembno oblikujejo prihodnost našega Doma in oskrbe starejših.

Ponosni smo na naše skupne dosežke. Vključeni smo v številne projekte tako na nacionalni kot mednarodni ravni. Naša sodelovanja potrjujejo, da se največje stvari zgodijo, ko združimo moči. Ob tem smo dejavni tudi v mednarodnem projektu EDUMENT, skupaj s Fakulteto za zdravstvene vede Univerze v Mariboru.

Projekta CIDO Šentjur in CIDO Dobje, ki ju soustvarjamo z občinama Šentjur in Dobje, prinašata novo vizijo bivanja starejših – vizijo, ki presega meje našega doma in sega v srce širše skupnosti. Vsekakor pa velja poudariti dejstvo, da finančna omejitev pri izvedbi projekta CIDO Dobje od nas terja dodaten angažma in prizadevanja, da projekt, v katerega je bilo vloženega veliko truda, vendarle dobi epilog. V tem segmentu smo dejansko odvisni od dodatnih razpoložljivih finančnih virov pristojnega ministrstva, ki bo podalo končno stališče o podpori izvedbe projekta.

Storitve, ki jih ponujamo kot dom, zelo lepo bogatijo skupnost. Poleg institucionalne oblike bivanja nudimo tudi možnost začasnih namestitev, dnevnega varstva, oskrbovanih stanovanj in pomoči na domu. Hiša Gustav bogati našo ponudbo dnevnega varstva in začasnega bivanja, kar pomembno prispeva k pestrosti in h kakovosti življenja naših stanovalcev.

Večgeneracijski center, ki je bil zastavljen z namenom ponudbe dogodkov širši skupnosti in Domu starejših Šentjur, že od leta 2021 zaradi vira financiranja žal ne deluje. Te skupnostne oblike se trudimo obdržati in jih vedno znova pripeljati v življenje, o čemer pričajo naši skupni projekti in dogodki.

V sodelovanju z Občino Šentjur si prizadevamo za umestitev Kneippovega parka v okolici Doma in zagotovitev dodatnih parkirnih mest, ki jih v okolici Doma kritično primanjkuje. Ta časopis je zrcalo vseh teh prizadevanj. Naj bo opomnik, da so največje vrednote življenja v preprostih stvareh – v prijazni besedi, občutku pripadnosti in zavesti, da smo skupaj močnejši.

Hvaležna sem, da sem del tima, ki na izjemno visoki profesionalni ravni skrbi za ohranjanje dostojanstva naših stanovalcev, ki s svojo modrostjo in zgodbami bogatijo naš vsakdan. Hvaležnost gre tudi svojcem, ki ste na tej poti naši partnerji, in zaposlenim, ki z znanjem, srčnostjo in predanostjo ustvarjate dom, poln zaupanja in topline. Ne smemo pozabiti na prostovoljce ter njihovo iskrenost in sočutje, ki v naš Dom prinašata dragocene trenutke povezanosti.

Želim vam poletje, polno svetlobe, topline in nepozabnih trenutkov.

S hvaležnostjo in pristrčnimi pozdravi,

Suzana Koštomaj
Odgovorna urednica in direktorica



Vsebina

Pomoč družini na domu	6
Dnevno varstvo	7
Delo socialne oskrbovalke na terenu	9
Raziskava zadovoljstva za leto 2024	10
CIDO ŠENTJUR - center za institucionalno oskrbo	13
Praktično usposabljanje	15
Novi sodelavci	16
Domski dojenčki	17
Obisk župana	18
Slastno in pregrešno	19
V skrbi za dobro kondicijo	20
Tombola	21
Kulturni praznik	22
Pustno vzdušje	23
Pokop pusta	24
Prvi sprehodi	25
Praznik vseh žena	26
Združeni prazniki v marcu	28
Kosmati terapevti	30
Priprave na cvetno nedeljo in veliko noč	31
Blagoslov živil	33
Spomladansko razmišljanje	34
Poezija življenja in Narobe svet	35
Mednarodni dan medicinskih sester	36
Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje	37
Medgeneracijsko druženje	38
Na koncu se je izšlo, kot je prav	39
Potopisno predavanje	40
Kjer je dosti cvetja, so dobri ljudje doma	41
Vseslovensko petje s srci	42
Lepo nam je	43
Zaključek prostovoljstva	44
Modna revija pomlad/poletje	45
Sladoledni piknik	47
Spodnji trg - aktivno vključevanje stanovalcev	48
Morje v laborju in sladki trenutki v Zarji	49
Dnevi na negovalnem oddelku	50
Dnevi v Hiši Gustav	51
Čas slovesa, a tudi hvaležnosti	52
III. življenjsko obdobje	53
Ko službo zamenja čas celega sveta	54
Moji spomini iz rane mladosti	55
Pravo prijateljstvo ne pozna časa	56
Izlet naših stanovalcev	57
Polepšali so nam dan	58
Visoki jubileji	61
Simfonija staranja	64
Slovo in Češka basen	65

Pomoč družini na domu

Smisel storitve pomoč na domu je ta, da se ljudem pomaga doma.

Dom je prostor, kjer smo običajno najraje, kjer se počutimo varne in sprejete takšne, kot smo – v vsej svoji ranljivosti in iskrenosti.

Verjetno je tudi to eden od razlogov, zakaj si želi večina ljudi preživljati jesen življenja prav doma – sploh tisti, ki so si dom in kmetije ustvarili sami.

Tem starejšim ljudem na terenu, v občinah Šentjur in Dobje, nudi storitev pomoč na domu trenutno devet srčnih socialnih oskrbovalk, ki jim s svojim čutom za sočloveka lepšajo vsakdan s tem, ko jim nudijo potrebno pomoč. Trenutno nudijo pomoč približno 100 uporabnikom te storitve. Sloga in sodelovanje vseh vpletenih v proces nujenja pomoči potrebnim uporabnikom pa sta recept, da delo v okviru našega Doma starejših Šentjur teče gladko že šesto leto.

Marjetka Kravina



Dnevno varstvo

Z izgradnjo Hiše Gustav smo v Domu starejših Šentjur dobili možnost za izvajanje storitve dnevnega varstva, saj se je v lokalnem okolju izkazovala potreba po tovrstni obliki pomoči. Tako so se spomladi 2022 odprla vrata dnevnega varstva.

Dnevni center je sodobna oblika pomoči vsem starejšim (starim nad 65 let), ki živijo doma in si želijo nekaj ur dnevno preživeti v družbi ali pa potrebujejo občasno pomoč in pozornost. Poleg tega že morda težje skrbijo zase in jim tako hišna kot gospodinjska opravila vzamejo preveč moči in energije. Dnevne aktivnosti v dnevnem varstvu omogočajo starejšim, da čim dlje ostanejo v domačem okolju, a so še vedno vpeti v druženje z drugimi ljudmi. Storitve je namenjena posameznikom, ki še ne potrebujejo celodnevne oskrbe, si pa želijo ali potrebujejo pomoč in organizirano obliko bivanja le za določeno število ur na dan. Dnevno varstvo je hkrati odlična priložnost, da ljudje spoznajo dom in jim je tako pogosto lažje pri prehodu iz svojega doma v dom starejših, če ga bodo potrebovali.

Postopek za sprejem je natančno opredeljen v Pravilniku o postopkih pri uveljavljanju pravice do institucionalnega varstva. Vsak posameznik, ki razmišlja o tovrstni obliki pomoči, mora oddati vlogo z ustreznimi prilogami, ki jo nato obravnava Komisija za sprejem, premestitve in odpust ter ugotovi, ali je prosilec upravičen do storitve dnevnega varstva, in ga uvrsti na seznam čakajočih za vključitev v dnevno varstvo. Predvključitvijo opravimo informativni razgovor z vsakim prosilcem in mu predstavimo natančno delovanje dnevnega varstva. Občani občin Šentjur in Dobje imajo pri vključevanju prednost pred prosilci iz drugih občin. Dnevno varstvo v Domu starejših Šentjur nudimo trenutno ob torkih in četrtkih od 6.30 do 16. ure. Uporabnik je lahko tudi manj ur na dan vključen v dnevno varstvo. Poleg tega si lahko izbira dneve v tednu – torej, ali je prisoten oba dneva ali le en dan v tednu. Za prevoz uporabnika v dnevno varstvo in nazaj poskrbijo svojci. Na en dan je lahko v dnevno varstvo vključenih največ 8 oseb. V dnevnem varstvu sta zaposleni dve delavki.

V okviru dnevnega varstva nudimo naslednje storitve: socialno oskrbo, storitve zdravstvene nege (aplikacija zdravil, inzulin, prevez itd.), organizirano prehrano in po potrebi dietno prehrano, vključevanje v dnevne aktivnosti dnevnega varstva, vključevanje v aktivnosti Doma, storitve drugih strokovnih služb in možnost koriščenja dodatnih storitev – masaža, pedikura ipd.

Delo v dnevnem varstvu temelji na pristopu, usmerjenem v posameznika. Pri delu se uporabljajo skupinske in individualne metode dela. Skupinsko delo spodbuja komunikacijo med uporabniki, s katero se izboljšajo počutje, ohranjanje stikov in samostojnost, pomaga pa tudi pri krepitvi samozavesti in jim omogoča izbiro aktivnosti. Individualno metodo dela uporabljamo, ko stanovalca zaradi napredovanja njegove bolezni ni mogoče obravnavati drugače, in temelji na ohranjanju čim večje samostojnosti posameznika.

Zaposleni v dnevnem varstvu sledimo pri delu načelu normalnosti (zgledovanje po vsakdanjiku glede na življenjsko zgodbo oz. biografijo uporabnikov in usmerjanje v potrebe uporabnikov ter ohranjanje sposobnosti posameznika), individualnemu načrtovanju (načrtovanje aktivnosti, ki izhajajo iz potreb in želja uporabnikov), načelu stabilnosti (načrtovanje takšne strukture dneva, ki je čimbolj podobna vsakdanjiku, ki izhaja iz življenjske zgodbe uporabnikov, in zagotavljanje stalnega kadra, s čimer se vzpostavi povezanost in zaupen odnos) in načelu fleksibilnosti (pri dnevnem načrtovanju se je treba odzivati na dnevno kondicijo uporabnikov in posledično prilagoditi načrtovane aktivnosti). Pri delu sledimo tudi analizi tveganj (minimalne omejitve, ki zmanjšujejo tveganje, uporabnikov pa hkrati ne omejujejo pri njihovih željah in odločitvah) in timskega delu (vključevanje strokovnih delavcev v tim, ki so namenjeni spremljanju uporabnikov v dnevnem varstvu).

Mateja Klaužer



Delo socialne oskrbovalke na terenu

Preden sem začela delati kot socialna oskrbovalka v Domu starejših Šentjur, sem nekaj let delala v kuhinji. Tam sem spoznala pomembnost prehrane in skrb za starejše in ustvarila dobre odnose s sodelavci. Kljub temu sem se odločila sprejeti nove izzive in preiti k neposredni oskrbi starejših na domu, kjer lahko bolj osebno in celostno pomagam posameznikom v njihovem vsakdanjem življenju.

Letošnji dopust sem preživela v Peruju, kjer sem imela priložnost bolje spoznati življenje starejših ljudi v tej južnoameriški državi. Starejši v Peruju se pogosto soočajo z drugačnimi izzivi kot starejši v Sloveniji. Zaradi socialnih in ekonomskih razmer je njihovo življenje pogosto bolj zahtevno – mnogi nimajo dostopa do zadostne zdravstvene oskrbe, socialnih storitev ali rednih pokojnin. Pogosto so odvisni od podpore družine, ki pa ni vedno zagotovljena, saj so mlajše generacije pogosto prisiljene k migraciji v mesta ali tujino zaradi zaposlitvenih priložnosti. V Sloveniji imamo sistem, ki starejšim nudi boljšo socialno varnost, dostop do zdravstvene oskrbe in razne oblike pomoči, kot so oskrba na domu, dnevni centri in podobno. Kljub temu pa tudi pri nas obstajajo izzivi, kot so osamljenost, kronične bolezni in potreba po kvalitetni negi.

Moje delo kot socialna oskrbovalka mi omogoča, da prispevam k boljšemu življenju starejših ne glede na to, kje živijo. Izkušnja v Peruju me je opomnila, kako pomembni sta človeška toplina in podpora v vsakem okolju, in me še bolj motivira, da se v Sloveniji trudim pomagati starejšim na najboljši možen način.

Safeta Ikić



Raziskava zadovoljstva za leto 2024

RAZISKAVA ZADOVOLJSTVA ZAPOSLENIH, SVOJCEV, STANOVALCEV TER UPORABNIKOV STORITVE POMOČ DRUŽINI NA DOMU (PND) IN DNEVNEGA CENTRA V LETU 2024 (ključni izsledki)

ZADOVOLJSTVO ZAPOSLENIH, SVOJCEV, STANOVALCEV TER UPORABNIKOV STORITVE PND IN DNEVNEGA CENTRA

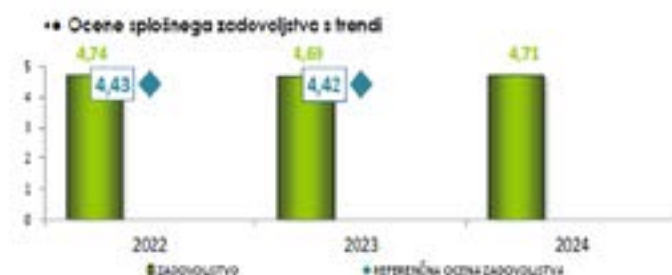
V domu je vzpostavljen sistem spremljanja zadovoljstva zaposlenih, stanovalcev in svojcev z vključitvijo v standardizirano raziskavo merjenja zadovoljstva, ki omogoča spremljanje trendov skozi leta ter primerjavo rezultatov z drugimi domovi. Vsi zbrani rezultati in informacije so osnova za usmerjeno sprejemanje ukrepov za zagotavljanje večjega zadovoljstva zaposlenih, stanovalcev in svojcev.



Individualna analiza s trendi in primerjalna letna analiza vseh vključenih domov predstavljata osnovo za procesne usmeritve upravljanja s kakovostjo storitev v domu.

Prikazani so rezultati primerjalnega poročila raziskave zadovoljstva.

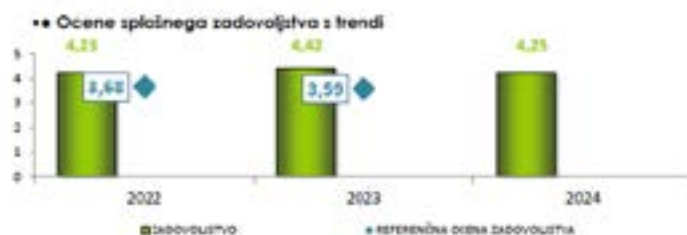
□ **Zadovoljstvo stanovalcev Doma starejših Šentjur**



Sumarna ocena zadovoljstva v letošnjem letu znaša 4,71. Pri primerjavi letošnje ocene zadovoljstva z oceno v prejšnjem merjenem obdobju ugotovimo, da ocena zadovoljstva ostaja na približno enaki ravni. Pri tem je upoštevan interval zaupanja z odstopanjem za $\pm 0,1$ stopnje ocene zadovoljstva, kar pomeni, da je razlika med letošnjo in stopnjo zadovoljstva v prejšnjem merjenem obdobju manjša od 0,1, zato trdimo, da trenda ni možno določiti oziroma ostaja nespremenjen.

Upoštevajoč referenčno sumarno oceno zadovoljstva, ki predstavlja povprečno oceno zadovoljstva stanovalcev vseh domov, ki so bili v lanskem letu vključeni v standardizirano raziskavo zadovoljstva, ugotavljamo, da je zadovoljstvo naših stanovalcev v letošnjem letu nekoliko višje od lanskega povprečja.

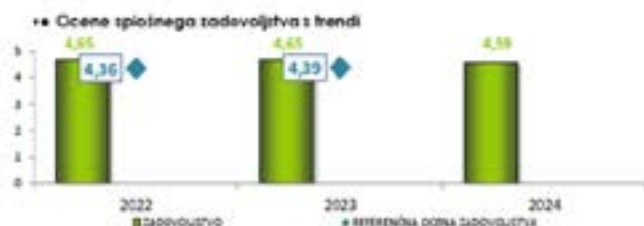
□ Zadovoljstvo zaposlenih Doma starejših Šentjur



Sumarna ocena zadovoljstva v letošnjem letu znaša 4,25. Najvišjo oceno zadovoljstva beležimo na področju organizacije dela, in sicer 4,31. Najnižjo oceno zadovoljstva beležimo na področju razvojnih možnosti, in sicer 4,18. Pri primerjavi letošnje ocene zadovoljstva z oceno v prejšnjem merjenem obdobju ugotovimo, da se je ocena zadovoljstva nekoliko znižala. Pri tem je upoštevan interval zaupanja z odstopanjem za $\pm 0,1$ stopnje ocene zadovoljstva. Če bi bila razlika med letošnjo in stopnjo zadovoljstva v prejšnjem merjenem obdobju prejšnjem merjenem obdobju manjša od 0,1, bi trdili, da trenda ni možno določiti oziroma ostaja nespremenjen.

Upoštevajoč referenčno sumarno oceno zadovoljstva, ki predstavlja povprečno oceno zadovoljstva zaposlenih vseh domov, ki so bili v lanskem letu vključeni v standardizirano raziskavo zadovoljstva, ugotavljamo, da je zadovoljstvo naših zaposlenih v letošnjem letu precej višje od lanskega povprečja.

□ Zadovoljstvo svojcev stanovalcev Doma starejših Šentjur



Sumarna ocena zadovoljstva v letošnjem letu znaša 4,59. Pri primerjavi letošnje ocene zadovoljstva z oceno v prejšnjem merjenem obdobju ugotovimo, da ocena zadovoljstva ostaja na približno enaki ravni. Pri tem je upoštevan interval zaupanja z odstopanjem za $\pm 0,1$ stopnje ocene zadovoljstva, kar pomeni, da je razlika med letošnjo in stopnjo zadovoljstva v prejšnjem merjenem obdobju manjša od 0,1, zato trdimo, da trenda ni možno določiti oziroma ostaja nespremenjen. Najvišjo oceno beležimo na področju odnosa zaposlenih, in sicer 4,64.

Upoštevajoč referenčno sumarno oceno zadovoljstva, ki predstavlja povprečno oceno zadovoljstva svojcev stanovalcev vseh domov, ki so bili v lanskem letu vključeni v standardizirano raziskavo zadovoljstva, ugotavljamo, da je zadovoljstvo naših svojcev v letošnjem letu nekoliko višje od lanskega povprečja.

□ Zadovoljstvo zaposlenih – PND Dom starejših Šentjur



Sumarna ocena zadovoljstva v letošnjem letu znaša 4,55. Pri primerjavi letošnje ocene zadovoljstva z oceno v prejšnjem merjenem obdobju ugotovimo, da ocena zadovoljstva ostaja na približno enaki ravni. Pri tem je upoštevan interval zaupanja z odstopanjem za $\pm 0,1$ stopnje ocene zadovoljstva, kar pomeni, da je razlika med letošnjo in stopnjo zadovoljstva v prejšnjem merjenem obdobju manjša od 0,1, zato trdimo, da trenda ni možno določiti oziroma ostaja nespremenjen.

Upoštevajoč referenčno sumarno oceno zadovoljstva, ki predstavlja povprečno oceno zadovoljstva zaposlenih vseh domov, ki so bili v lanskem letu vključeni v standardizirano raziskavo zadovoljstva, ugotavljamo, da je zadovoljstvo naših zaposlenih v letošnjem letu nekoliko višje od lanskega povprečja.

□ **Zadovoljstvo svojcev – PND Dom starejših Šentjur**



Sumarna ocena zadovoljstva v letošnjem letu znaša 4,72. Pri primerjavi letošnje ocene zadovoljstva z oceno v prejšnjem merjenem obdobju ugotovimo, da se je ocena zadovoljstva znižala.

Upoštevajoč referenčno sumarno oceno zadovoljstva, ki predstavlja lansko povprečno oceno zadovoljstva vseh svojcev uporabnikov storitve PND v vseh domovih, ki so bili v lanskem letu vključeni v standardizirano raziskavo zadovoljstva, ugotavljamo, da je zadovoljstvo naših svojcev v letošnjem letu nekoliko višje od lanskega povprečja.

□ **Zadovoljstvo uporabnikov – PND Dom starejših Šentjur**



Sumarna ocena zadovoljstva v letošnjem letu znaša 4,76. Pri primerjavi letošnje ocene zadovoljstva z oceno v prejšnjem merjenem obdobju ugotovimo, da ocena zadovoljstva ostaja na približno enaki ravni. Pri tem je upoštevan interval zaupanja z odstopanjem za $\pm 0,1$ stopnje ocene zadovoljstva, kar pomeni, da je razlika med letošnjo in stopnjo zadovoljstva v prejšnjem merjenem obdobju manjša od 0,1, zato trdimo, da trenda ni možno določiti oziroma ostaja nespremenjen.

Upoštevajoč referenčno sumarno oceno zadovoljstva, ki predstavlja lansko povprečno oceno zadovoljstva vseh uporabnikov storitve PND v vseh domovih, ki so bili v lanskem letu vključeni v standardizirano raziskavo zadovoljstva, ugotavljamo, da je zadovoljstvo naših uporabnikov v letošnjem letu nekoliko višje od lanskega povprečja.

Suzana Koštomaj

VIR:

Rezultati analize zadovoljstva so povzeti po skupnih poročilih posamezne analize zadovoljstva, ki ga je izvedlo podjetje Skupina FABRIKA, raziskave in razvoj, d.o.o., ki je v skladu s kodexom ESOMAR in AAPOR zavezano k varovanju osebnih podatkov anketirancev. Izvajalec tako v vseh pogledih preprečuje, da bi bilo mogoče prepoznati identiteto anketirancev. Vse spremenljivke oziroma polja, ki bi lahko neposredno kazala na identiteto anketirancev, so odstranjena iz podatkovne baze in poročil. Prav tako so odgovori anketirancev fizično ločeni od podatkov anketirancev. Vsak poskus namerne identifikacije anketirancev ali razkritje identitete anketirancev s strani naročnika ali izvajalca pomeni kršitev zgoraj omenjenih kodeksov. Vsi podatki so skrbno varovani pred zlorabo.

Pristni odnosi, skrb in spoštovanje do starejših niso le naša dolžnost, temveč naša čast in poslanstvo. Vsak korak, ki ga naredimo, je korak bližje skupnosti, kjer se človek počuti doma.

Dom starejših Šentjur izvaja celodnevno institucionalno varstvo že polnih 25 let. Skupna kapaciteta Doma starejših Šentjur je 167 mest, to je kapaciteta stalne 24-urne nastanitve, že tretje leto pa Dom v Hiši Gustav, zadnji investiciji, omogoča tudi začasne nastanitve - 10 mest v enoposteljnih sobah za začasne nastanitve. Torej v naši hiši po meri človeka, kot ji radi rečemo, prebiva skupno 177 stanovalcev. V Hiši Gustav, kjer se izvajajočasne namesnitve, nudimo še dnevno varstvo s skupno kapaciteto 8 mest.

Za stanovalce skrbi 112 zaposlenih. Dom izvaja tudi pomoč družini na domu in sicer po zadnjih podatkih v občini Šentjur za 98 uporabnikov in v občini Dobje za 4 uporabnike.

Vizija Doma starejših Šentjur temelji na poslanstvu in filozofiji delovanja »Hiša po meri človeka«. To pomeni, da bo Dom starejših Šentjur vedno znova ustvarjal okolje, kjer se bodo stanovalci počutili varne, spoštovane in podprte v vseh življenjskih vidikih. Ključno je, da smo osredotočeni na celovito skrb, ki vključuje tako materialne kot nematerialne potrebe starejših. Sam program dela Doma starejših Šentjur sledi viziji in analizi trenutnega stanja ter identificira ključne potrebe in priložnosti za izboljšave.

Od vsega začetka delovanja (od 1999 dalje) dom izvaja dejavnost institucionalnega varstva v podstandardnih prostorih, zato je največji problem ravno prostorski. Novi načini sodobnih pristopov življenja in bivanja starostnikov namreč narekujejo bivanje v eno ali dvoposteljnih sobah s primerno kvadraturo, lastno kopalnico in zagotovitvijo ostalih suportivnih elementov bivanja, vse v kontekstu sodobnih konceptov dela, katere je Dom že implementiral v svoje delovanje in vsakdan, kljub pod-standardu, seveda z velikim lastnim vložkom in trdom ter razumevanjem zaposlenih, stanovalcev in njihovih svojcev.

Dom vsak mesec prejme preko 50 prošenj, zato ima tudi čakalno listo za sprejem. Trudimo se, da prioriteto namestitve zagotavljamo domačinom. Zaradi vedno večjega števila prosilcev, ki si želijo več zasebnosti in posledično bivati v enoposteljnih sobah, in ker obstoječa matična enota še vedno razpolaga s preveč več-posteljnimi sobami, je Dom uspešno kandidiral tudi na JR za sofinanciranje gradnje objektov za zagotovitev varnega okolja bivanja za osebe, ki so odvisne od pomoči drugih (UL RS, št. 161/2022 z dne 23.12.2022), v sklopu katerega smo pridobili sredstva za izgradnjo t. i. Centra za institucionalno domsko oskrbo Doma starejših Šentjur (skrajšano CIDO Šentjur), v skupni višini 2.796.664,81 EUR, s financiranjem v letih 2023-2026. Projekt sofinancirata Republika Slovenija, Ministrstvo za solidarno prihodnost in Evropska unija – Next generationEU, v okviru »Mehanizma za okrevanje in odpornost«, v sklopu Javnega razpisa za sofinanciranje gradnje objektov za zagotovitev varnega okolja bivanja za osebe, ki so odvisne od pomoči drugih. Javni razpis predstavlja Investicijo C, Komponento 2: »Socialna varnost in dolgotrajna oskrba (C4K2)«, razvojno področje »Zdravstvo in socialna varnost«.

Cilj investicije oz. projekta je izgradnja ene bivalne enote za celodnevno institucionalno varstvo z vso pripadajočo infrastrukturo, ki bo omogočala optimalno izvajanje osnovne domske dejavnosti ter izvajanje skupnostnih programov in obogatitvenih dejavnosti in s tem zagotovitev novih prostorov za 24 oseb, starejšim od 65 let iz Občine Šentjur in širše okolice. Glavni razlog za investicijo pa je potreba po dodatnih kapacitetah po celodnevnom varstvu v občini Šentjur in širši Regiji.

Izgradnja bivalne enote CIDO Šentjur je v interesu lokalne skupnosti Šentjur, ki je izrazila interes za aktivno sodelovanje pri uresničevanju zastavljenih ciljev investicije v smislu finančnega vložka za pripravo projektne in investicijske dokumentacije ter neodplačnega prenosa

lastninske pravice zemljišča v korist investitorja, torej Doma starejših Šentjur. Skupaj z Občino Šentjur, torej županom mag. Markom Diacijem ter njegovo ekipo, smo angažirano pristopili k reševanju prostorskih težav Doma ter s projektom uspešno odgovorili na dobršen del potreb naših prosilcev za sprejem v dom, za kar se jim iskreno zahvaljujemo.

V ponedeljek, 16. junija 2025, smo na občini Šentjur slavnostno podpisali pogodbo za izgradnjo Centra za institucionalno domsko oskrbo (CIDO) Šentjur. Direktorica Suzana Koštomaj je med drugim izrazila veliko zahvalo Občini Šentjur za odlično sodelovanje.

Skladno s planom tečejo vse aktivnosti vezane na izgradnjo CIDO Šentjur.

Tako pomembno področje, kot je oskrba starejših, mora biti prioriteta sleherne vladne strukture, širše družbe. Le na tak način nam bo uspelo ostati socialna država in zagotavljati pogoje za človeka vredno in dostojno življenje v vseh življenjskih obdobjih.

Še naprej se bomo trudili slediti svojemu poslanstvu in viziji »Hiša po meri človeka« ter delovati v skladu z lastno politiko kakovosti: to je izvajati dejavnost varstva starejših tako, da je naše delo usmerjeno v izpolnjevanje zahtev, potreb in pričakovanj tistih, ki te storitve potrebujejo. Pripravljeni želimo biti na nove generacije starejših odraslih in uvajati nove sodobne koncepte, ki bodo primeri inovativnih praks za nacionalni in mednarodni prostor, kar danes Dom starejših Šentjur zagotovo je.

Ob tem se zahvaljujemo našim dragim stanovalcem, zaposlenim in svojcem ter celotni soseski za strpnost v času izgradnje Centra za institucionalno domsko oskrbo Šentjur..

Suzana Koštomaj



Praktično usposabljanje

Moje ime je Rok Lebič, star sem 20 let in obiskujem Fakulteto za zdravstvene vede v Celju. V Domu starejših Šentjur sem opravljal prakso kot študent zdravstvene nege. Praksa mi bo ostala v zelo lepem spominu, saj sem bil sprejet s toplino in z razumevanjem. Vsi zaposleni, tako delavke kot delavci, so mi bili vedno pripravljeni pomagati in me usmerjati pri delu. Zaradi njihove prijaznosti in dobrega vzdušja sem se tukaj počutil sproščeno, hkrati pa sem pridobil veliko dragocenih izkušenj, ki mi bodo v prihodnosti zagotovo koristile.

Stanovalci so me prijetno presenetili s svojo prijaznostjo, toplimi besedami in z veliko mero hvaležnosti. Z njimi sem vsak dan rad poklepetal, jim pomagal pri vsakodnevni opravi in skupaj smo preživeli veliko lepih trenutkov. Bilo mi je v posebno veselje, da sem jim lahko s svojo prisotnostjo in pomočjo polepšal dan ter se od njih veliko naučil. Vesel sem, da sem imel možnost sodelovati z ekipo, ki svoje delo opravlja s srcem in predanostjo.

Rok Lebič



Sem Lara Urleb, študentka Fakultete za zdravstvene vede v Celju. V Domu sem najprej opravljala klinično usposabljanje, zdaj pa delo nadaljujem preko študentskega servisa. Delo s starejšimi mi omogoča pridobivanje dragocenih izkušenj in veseli me, da lahko s svojim delom nekomu polepšam dan.

Moja izkušnja v Domu starejših Šentjur je bila zelo poučna in bogata s čustvi. Delala sem kot bolničarka na oddelku za osebe z demenco, kjer sem se vsakodnevno srečevala z izzivi, a tudi s toplimi trenutki. S stanovalci sem hitro vzpostavila stik in spoznala, kako pomembna sta potrpežljivost in človeški pristop. Delo je zahtevalo veliko fizične in psihične moči, a sem ga opravljala z veseljem. Naučila sem se, kako pomembno je opazovanje, sodelovanje s sodelavci in spoštovanje posameznikov. Vsak dan je bil drugačen, poln novih situacij in izkušenj. Spoznala sem, kako krhki, a hkrati močni so ljudje v pozni starosti. Delo z osebami z demenco mi je odprlo nova obzorja in me naučilo sočutja. Vesela sem, da sem lahko bila del njihovega vsakdana in jim s svojo prisotnostjo polepšala trenutke. Ta izkušnja mi bo za vedno ostala v spominu in me bo spremljala tudi na moji nadaljnji poklicni poti.

Zoja Jost

Novi sodelavci

Moje ime je Ivi in prihajam iz Šmarja pri Jelšah. V Dom sem prišla zaradi nove zaposlitve, ker se je obrat, kjer sem bila prej zaposlena, zaprl. Sem mati sinu Maxu, ki hodi že v drugi razred osnovne šole Šmarje pri Jelšah. Nasploh rada delam z ljudmi in jim pomagam pri vsakodnevnih opravilih, rada pa sem tudi v družbi ljudi v Domu, kjer zdaj delam.



Pozdravljeni.

Sem Urška Peternelj in pred kratkim sem se pridružila kolektivu v Domu starejših Šentjur. Po zaključeni fakulteti sem se preselila iz Gorenjske na Štajersko, kjer zdaj živim v Celju. Prosti čas najraje preživljam na izletih s svojo družino, kjer odkrivamo nove kotičke narave. Poletje je moj najljubši letni čas, saj takrat vzamem v roke kakšno dobro knjigo in uživam ob morju. Najdete me v tajništvu kot finančno-računovodski delavec. Veselim se skupnega dela in novih izzivov, ki jih prinaša delo v našem domu.



Sem Tanja Pristušek in prihajam iz Olimja. Po poklicu sem slaščičarka-konditorka. Zelo me veseli druženje in delo s starejšimi, zato sem si vedno želela delati v domu starejših.

»In ko na obrazu starejših ljudi se nasmech naredi, veš, da nekaj dobrega zanje naredil si. Zato nasmeješ se z njimi še ti. Čutiš, da zadovoljni so s tvojim delom, zadovoljen si tudi ti in to je le še pika na i, da dobro delo opravil si.«

V Domu starejših Šentjur opravljam delo strežnice v Hiši Gustav – začasno bivanje. Prosti čas, ki mi ostane po službi, mi lepšata moja dva zlata otroka. Rada me razveselita in mi s pomočjo atija spečeta kakšno sladico.

Tanja Pristušek

Domski dojenčki

Naša družina se je 23. decembra 2024 povečala še za enega člana – rodil se je sinček Nal. Naš mali zaklad je doma že toplo sprejet od svoje starejše sestrice Nie, ki ga ponosno crklja in straži kot prava velika sestra.

Noči so zdaj krajše, a srce še toliko večje kot kdaj koli prej.

Vsak otroški jok in vsak nasmeh nas znova in znova spominjata, kako dragoceno je življenje in kako lepo je ustvarjati nove spomine.

Barbara Firer



Obisk župana

Leto 2024 je bilo za vse, stanovalce in zaposlene, zelo turbulentno. Zdelo se nam je, da smo nebogljeni in nemočni, kot otroci, ki se učijo prvih korakov na spolzkih tleh. A upali in verjeli smo, da bo leto 2025 do nas bolj prijazno – zaradi vseh nas, ki se dnevno trudimo in verjamo, da se dobro vedno vrača z dobrim.

V januarju smo se zbrali na tradicionalnem srečanju, ko naše stanovalce obiščejo in jim izrečejo voščilo oba župana, župan Občine Šentjur mag. Marko Diaci, župan Občine Dobje g. Franc Leskovšek ter podžupanja in predsednica Društva upokojencev ga. Silva Koželj. Po krajšem kulturnem programu, ki so ga popestrili pevci domskega pevskega zbora Večno mladi z Mileno Kajtna in dijaki Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje z Danijelom Berdenom, smo nazdravili z županovim vinom in se posladkali z dobrotami iz naše kuhinje. Leto smo lepo začeli.

Sonja Božič



Slastno in pregrešno

Novoletne zaobljube so že kar tradicija in tudi pri naših stanovalcih ni nič drugače. Zaobljubili smo se, da ne bomo jedli veliko sladkega in da bomo uživali več sadja. A vse te zaobljube so bile kaj kmalu pozabljene. Okoli praznikov je bilo vsega preveč in malo premora nam je prišlo prav, a sredi januarja smo že iskali nekaj – za razvajanje. In ni boljšega kot pravkar pečeni, še malo mlačni orehovi rogljički. Zavihali smo rokave in se lotili dela. Če bi bila malo bolj počasna, ne bi imela kaj slikati ...

Februarja, v mesecu ljubezni, nikakor ni šlo brez srčkov. Srčki na mizi, srčki na oknih, srčki na pekaču. V našem domu je zadišalo po ljubezni in toplih trenutkih. Naša predana sodelavka Jerica iz gospodinjske skupine Spodnji trg je s pomočjo modela, ki ji ga je izdelal mož, pripravila čudovite Valentinove srčke, ki so razveselili naše stanovalce. Ob skodelici kuharčka smo skupaj delili smeh, lepe spomine in občutek topline, ki ga lahko prinese le iskrena skrb drug za drugega.

Vsi naši stanovalci se strinjajo, da je prav vsak dan pravi dan za palačinke. Se strinjate tudi vi? Puhaste, slastne in rahle, s čokoladnim ali marmeladnim nadevom. Stanovalke pa so me naučile, da so zelo dobre tudi posute s sladkorjem in limoninim sokom. Ugotavljamo, da so med nami sami »palačinkojedci«.

Nismo vedeli, da imamo pri nas toliko dobrih slaščičark, in vsake toliko časa nam katera na novo pokaže, kaj vse zna. Tokrat je rokave zavihala Stanka in pokazala svoje pekovske spretnosti. Da obvlada in da je že prava mojstrica, je bilo vsem kmalu jasno. Kaj hitro je dobila dva učenca, stanovalci pa so jo z občudovanjem gledali in se veselili slastnih krofov. In že je padla ideja, da jih prijavimo na tekmovanje MasterChef Slovenija. Le kako bi navijali zanje! Od kosila do večerje je kar dolgo in vmes pride prav kakšen prigrizek. Ko so punce omenile palačinke, so se vsem zasvetile oči. Malo so se odpravili na svež zrak in ko so se vrnili, so jih pričakale slastne palačinke – nikakor drugače ni poskrbljeno za stanovalce v začasnem bivanju. Palačinke in kavica, mmm, kako paše! Lepo nam je.

Sonja Božič



V skrbi za dobro kondicijo

Vsako jutro telovadimo za lepši dan in lahkotnejši korak. Vadbe so za naše stanovalce prirejene glede na njihove individualne značilnosti in telesne sposobnosti. Zavaljo tega je vadba razporejena v manjše skupine, v katerih se osredotočimo na povrnitev moči, ravnotežje in gibljivost. Stanovalci pa se razveselijo tudi kakšne spremembe. Ko je bila na praksi pri fizioterapevtih mlada študentka Brina, je občasno vodila telovadbo. Gledali so jo z občudovanjem in kakšno vajo »prešpricali« ali naredili po svoje. Dobra volja in smeh pa vedno pripomoreta, da je vse lažje.

Sonja Božič



Tombola

Turobni dnevi so zelo primerni za igranje družabnih iger ali tombole. Pri nas igramo tombolo vsak mesec in podelimo tri nagrade. Stanovalci sami izberejo listek in preverijo, kako srečno roko imajo pri izbiri. Nekateri imajo sreče na pretek, drugim pa smo je zaželeli več naslednji mesec.

Sonja Božič



Kulturni praznik

Počastili smo praznik kulture, prebirali Francetovo poezijo ter se spomnili njegovega življenja in njegove muze. Prebrali smo nekaj njegovih najbolj znanih pesmi in balad. Naša stanovalka Ana Marija Justin, ki je izdala dve pesniški zbirki, je stanovalcem predstavila tudi svojo pesem. Srečanje smo si še dodatno popestrili tako, da smo se posladkali s figami. Da so bile slajše, smo jih namočili v čokolado. Vsak dan je lahko lep, če se za to odločiš in potrudiš – in naš je bil lep.

Sonja Božič



Pustno vzdušje

Pust je po tradiciji čas veselja, norčij, šemljenja in razgrajanja, ki se konča na pepelnično sredo. Nekoč je bil pust pomemben praznik, ko so naši predniki s posebnimi obredi, ki so vključevali tudi šemljenje oz. maskiranje, iz dežele podili zle zimske duhove in klicali toplo pomlad. V Sloveniji obstaja veliko različnih pustnih običajev, ki izražajo lokalno identiteto, humor in kritiko družbenih razmer.

V naših krajih ni božiča brez potice in tako tudi pusta ni brez mastnih, sladkih, ocvrtih dobrot, če seveda sledimo tradiciji. Zato smo si v tistih dneh privoščili kakšen krof ali flancat, si pod nos narisali vsaj mačje brke ali pege na lička in se veselili v dobri družbi. Smeh je vendarle pol zdravja in slovenski pregovor pravi, da le veseli ljudje najdejo srečo. Mi pa smo rajali, se veselili in se prešerno smejali.



Sonja Božič



Pokop pusta

Po veselem torkovem rajanju smo na pepelnično sredo po starodavnem običaju sežgali pusta, ki preganja zimo. Pustno veselje smo zaključili za leto dni. Preden smo ga odpeljali na dvorišče in ga zažgali, je gospod Kolman imel žalni govor:

»Zadnja pot je tvoja,
konec vseh težav in boja.
Jokal za teboj ne bom.
Tlakovana cesta je pa tvoja,
nekdo prišel bo za teboj,
obujal tvoj spomin.«

Sonja Božič



Prvi sprehodi

V marcu se začne prebujati narava, kamor nas vabijo sončni žarki, prve cvetice pa že bodejo na plan. Vse se postavlja na svoje mesto. Pomlad nas vedno spomni in uči, da se vse odvija v svojem ritmu. V času zime smo mirovali, sedaj pa prihaja prebujenje, čas rasti. Daljši dnevi, topli sončni žarki in vonj pomladi. Vse to smo opazovali in vonjali z našimi stanovalci na prvem sprehodu po mrzli zimi. Tako smo željni sonca, da je skoraj greh ostati v hiši, zato smo se odločili za uživanje na vrtu. Stanovalci gospodinjske skupine Zarja so popoldne, po kavici, uživali ob kozarcu vina v prijetni toploti sončnih žarkov. Lepo nam je.

Sonja Božič



Praznik vseh žena

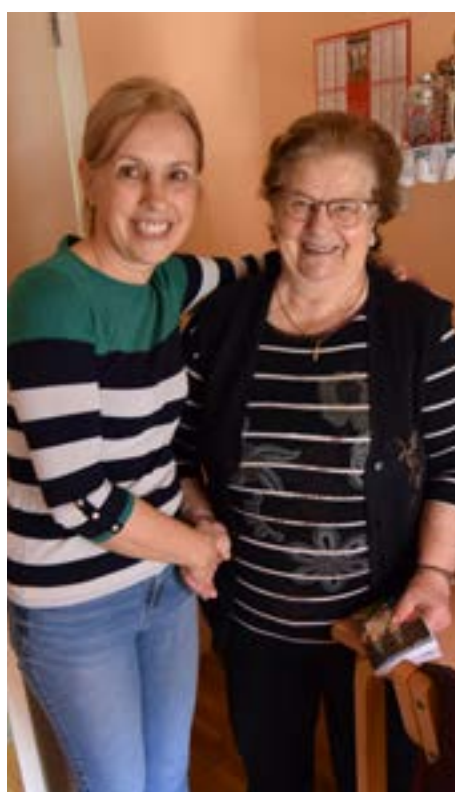
Dan žena je priložnost, da se spomnimo na vse izjemne ženske, ki so s svojo močjo, pogumom in vztrajnostjo pustile neizbrisen pečat v svetu. To je dan, ko praznujemo njihov prispevek k družbi, njihov vpliv na našo prihodnost in njihov neprecenljiv pomen v vsakem segmentu našega življenja. Osmi marec – mednarodni dan žena, je poseben trenutek v letu, ko praznujemo in izražamo spoštovanje, občudovanje ter ljubezen do vseh žensk, ki oblikujejo naše življenje.

Tudi me smo v soboto presenetile naše stanovalke, stanovalce in zaposlene ter jim prišle voščiti – tudi moškim. Lepo je bilo.

Ženska ... Je mati, hči, žena, sestra ...
Je neverjetna oseba.
Je močna, pametna, zvita.
Je strastna, pogumna, velikodušna.
Je lepa, pametna.
Daje življenje, ljubezen, spoštovanje,
hvaležnost in verjame v druge.
Ženska vas bo negovala, borila se bo za vas,
zato si tudi sama vse to zasluži v zameno.

Sonja Božič





Združeni prazniki v marcu

Marec je mesec, v katerem se prepleta kar nekaj praznikov: dan žena, 40 mučenikov, Gregorjevo in materinski dan. To pa nikakor ne more mimo nas. Praznovali smo vse praznike v marcu skupaj z luštnimi citrarkami, luštnimi pevci, našimi domskimi pevci Večno mladi, in Jasmino Levičar.

Osmi marec je mednarodni dan žena in je poseben trenutek v letu, ko praznujemo in izražamo spoštovanje, občudovanje ter ljubezen do vseh žensk, ki oblikujejo naše življenje. To ni le praznik, temveč tudi priložnost za razmislek o napredku in izzivih, s katerimi se dandanes soočajo ženske. Zato je pomembno, da 8. marec ostane simbol upanja, vztrajnosti in prizadevanja za pravičnejšo družbo.

Dan mučenikov je praznik z žalostnim ozadjem. Moški pa danes radi povedo v šali, da imajo na ta dan praznik, ker vse leto mučeniško prenašajo ženske in njihove muhe.

Gregorjevo je slovenska različica praznika zaljubljenecv. Naše babice so za 12. marec govorile, da se takrat »ptički ženijo«. Marsikje po Sloveniji na predvečer praznika ohranjajo običaj spuščanja razsvetljenih barčic in hišic v vodo, ki jim pravijo »gregorčki«. Sv. Gregor namreč na ta dan po starih šegah »luč v vodo vrže«.

In materinski dan. Mama. Le ena beseda, a tako veliko pove. Mama. Nežne roke, topel objem. Pogled, ki miri ali pa svari pred neumnostmi. Biti mama je naporno, a hkrati čudovito in lahko se strinjamo, da je to še ena dodatna služba, pri kateri nikoli ne vemo, kaj se bo zgodilo v danem trenutku. Ko skrbimo za malega dojenčka, nas skrbi njegov razvoj in z njim prebedimo dolge noči. Še posebej pa se mamam strese svet pod nogami, ko otrok naredi korak v nov svet. Z otrokom smo v mislih v času šolskega testa ali izpita na faksu in tudi takrat, ko ga čaka izziv v službi. Skupaj z njimi doživljamo veselje ob uspehu in žalost ob neuspehu. Edine smo, ki jih razumemo, jim prisluhnemo v težkih trenutkih in pomagamo s pravo besedo. Vsem smo na koncu poklonili zvončke, ki jih je samo zanje nabrala naša sodelavka Marinka. Na koncu smo nazdravili s kozarčkom rujnega in sproščeno poklepetali.

Sonja Božič





Kosmati terapevti

Terapija z živalmi orje ledino v Sloveniji in se počasi razvija zahvaljujoč nekaterim posameznikom, ki se trudijo širiti in ozaveščati ljudi o pozitivnih učinkih tovrstne terapije. Gre za terapije, na katerih je prisoten terapevt, ki ima pomoč kosmate kepice. Pri druženju pa sodeluje večja skupina ljudi. Gre zgolj za prijetno druženje brez vnaprej določenih ciljev. Glavni namen takšnega druženja sta predvsem sprostitvev in zabava. Že samo božanje kosmatinca, zajčka ali kužka, ima protistresni učinek.

K nam prihaja gospod Simon Zavšek v sodelovanju s Kinološkim društvom Celje in s seboj pripelje psičko Lucy. To malo kepico že vsi dobro poznajo, saj prihaja s svojim lastnikom skoraj vsak mesec. Stanovalci radi preživijo dopoldne v njeni družbi. Koliko veselja jim prinese! Vsi so povsem razneženi, opazujejo vsak njen gib in stegujejo roke, da bi jo malo pobožali. Na enem takšnem srečanju je tekla beseda o pasji komunikaciji. Psi so čudovita bitja, ki nam močno polepsšajo in obogatijo življenje. Za pristen odnos z njimi pa je potreben trud obeh – psa in lastnika. Zaradi te razlike prihaja pogosto do nesporazumov. Nihče ne dvomi, da se psi trudijo ugajati in prilagajati nam, ampak od nas pričakujejo enako. Problem nastane, ko druga stran odpove. Tudi psi imajo svoje meje, občutke, želje in potrebe in jih tudi jasno izražajo – s telesno govorico, z mimiko in včasih tudi z zvokom. Naša komunikacija je bila odlična in v zadovoljstvo tako kužka kot naših stanovalcev. Preživljanje časa z živalmi je koristno in dobrodošlo za boljše počutje, stabilno zdravje in medsebojne odnose.

Zadovoljni, razneženi obrazi in tiha šepetanja naših stanovalcev pa so dokaz, da so vsa naša druženja uspešna.

Sonja Božič



Priprave na cvetno nedeljo in veliko noč

Pred veliko nočjo je tradicija in glavna zapoved, da je treba očistiti stanovanje, okna, oprati zavese in urediti okolico. Velika noč v krščanski tradiciji simbolizira vstajenje, očiščenje in novo življenje, iz česar izhaja potreba, da uredimo svoj prostor – da nekaj zaključimo, očistimo, se pripravimo. Gre za enostaven način, na katerega lahko praznik vstopi v naša stanovanja. Tako lahko vsak, ne glede na prepričanje, začuti spremembo. Tudi mi smo se skupaj z našimi stanovalci in s pomočjo dijakov ŠC Šentjur pripravljali na praznik in urejali okolico, pometali in pripravili prostor, da bo lahko k nam priskakljaj velikonočni zajček.

Priprave na veliko noč so bile v polnem teku tudi v naših gospodinjstvih skupinah. V gospodinski skupini Rožmarin so trli in čistili orehe za praznično potičko. Prijetno so združili s koristnim – druženje, smeh in kavica, pa je orehov kmalu zmanjkalo!

S cvetno nedeljo uradno nastopi veliki teden – najpomembnejši čas krščanskega leta, ki vodi proti veliki noči. Posebnost maše na cvetno nedeljo je začetek obreda z blagoslovom zelenja pred cerkvijo, ki ga v procesiji med petjem slavnih pesmi odnesejo v cerkev. Verniki povezujejo zelenje, oljčne vejice in butarice po posebnih krajevnih navadah in jih blagoslovljene odnesejo domov. Tudi naši stanovalci so izdelali butarice, ki jih bo v nedeljo nekaj stanovalcev odneslo k blagoslovu. Kot vedno so nam prišli pomagat dijaki Šolskega centra Šentjur in učenci OŠ Franja Malgaja Šentjur. Skupaj smo ob ustvarjanju preživeli lepo medgeneracijsko druženje.

Sonja Božič





Blagoslov živil

Velika noč je velik praznik, ki je zelo povezan z našim življenjem. Blagoslovljena jedila so poleg prazničnega pritrkavanja, procesije, velikonočne sveče in pesmi še posebej pomemben del velikonočnih praznikov. Vse to naj bi nam pomagalo, da bi z vsem svojim bitjem doumeli in se veselili največje skrivnosti naše vere: Jezus je vstal od mrtvih.

Zato ima skrbno pripravljena košara, ki jo na veliko soboto nesemo k blagoslovu, svoje posebno mesto. Vsaka jed ima poseben pomen.

Že od nekdaj so poleg hrena, potice, šunke, pirhov in kruha v košaro radi dajali še druga živila, značilna za njihov kraj. A sama hrana in polna miza dobrot še ne naredita praznika. Zato naj bo praznična miza na velikonočno jutro prostor praznovanja naše vere.

Tudi sami smo se pripravili na nedeljsko jutro, na praznični zajtrk.

Sonja Božič



Spomladansko razmišljanje

Neke pomladne noči, obsijane s svetlečo polno luno, ki mi vedno nagaja in mi ne pusti mirno spati, sem v svoj dnevnik napisala: »Počutim se, kot da umiram po tiho, sama, obupana v solzah. Nikogar ni, ki bi mi položil roke na vroče čelo, dal prijazno besedo.« Že prejšnji dan me je vse bolelo, na sestanku nekega društva pa so se nesporazumi kar vrstili. Nihče ni hotel ali mogel nikogar razmeti. Ena sama žalost.

Sredi noči sem nekako zaspala in spala dolgo v jutro, lepo junijsko jutro, v katerem je bil pravi greh spati. Dan sem začela v prijetni družbi prijazne sosede, seveda z dišečo kavico. Poštar je prinesel veliko pošte. Med pošto je bila kartica od prijateljice, s katero se nisva videli ali slišali že dolgo. Napisala je: »Ne misli, da sem pozabila nate.« Pri duši mi je postalo toplo. V kuverti je bilo vabilo na sestanek invalidskega društva s pripisom: »Napišite kaj v glasilo.« Res lepo vabilo.

Razmišljam: »Včeraj je bil dan teman in žalosten, danes je sončen in prijazen.« Takoj sklenem nekaj napisati, nekaj lepega, optimističnega. Nekaj, kar bi bralcu prižgalo lučko v duši.

Mi starejši, invalidi in tisti z zdravstvenimi težavami smo praviloma občutljivi ljudje. Prehitro prizadeti in užaljeni. Jaz sem si svojo terapijo ustvarila s pisanjem. Pišem dnevnik, pesmi ali prozo. Predvsem pisanje dnevnika je odlična terapija. Če lahko, poizkusite. Vem, da vam ne bo žal. Sama se ob težavah kar lepo potuhnem in zaupam dnevniku, ki me nikoli ne razočara. Na samem prebolim zadeve in zopet sem pripravljena na nove boje in zmage.

Na ljudi poskušam gledati v obratni smeri. Zamislim se, kako oni gledajo mene. To je naša zrcalna slika. Saj imamo vsi težave, tudi tisti, za katere mislimo, da jih nimajo in bi nas prav oni morali razumeti in biti prijazni. Pa se kdaj vprašamo, kaj mi nudimo njim? Zato ne čakajmo vedno, da nam nekdo ponudi prijazno besedo, temveč ga prehitimo in jo dajmo mi njemu. Svet bo takoj lepši in boljši. Imam prijateljico, ki me je naučila, da naj vse slabo dam v tisti žep, ki ima luknjo, saj potem vse slabo takoj pade ven. Vedno je treba pomisliti tudi na to, koliko je tistih, ki še bolj trpijo in so še bolj žalostni od nas. Veselimo se vsega, kar imamo, in ne imejmo nenehno nekih materialnih želja. Raje podarimo, kar nam je odveč. Odločila sem se, da bom temeljito pregledala omare in oddala vse, kar ne rabim. Oh, in vplačala bom loto! Sedmica je vredna še in še, pa še in še ...Toda od zneska, ki ga vplačam – čeprav vem, da ne bom kaj prida zadela –, bo šlo nekaj denarja, tudi mojega, invalidskim organizacijam. Tako je moja duša potolažena. Četudi nič ne dobim. Pa kaj bi vas učila in nagovarjala tudi na ta pregrešni hazard. Vem, da vse to že veste.

Za konec pa še nekaj ... Tisti, ki živimo sami, hrepenimo po družbi, po dotiku. Tisti, ki imajo partnerja, pa si mnogokrat želijo samote in jim gre vse na živce. Jaz temu rečem NAROBE SVET. Vsem pa nam priporočam veliko strpnosti.

Ana Marija Justin

Poezija življenja in Narobe svet

POEZIJA ŽIVLJENJA

V poeziji življenja
glej v nebo,
glej sonca sijaj,
glej utripanje zvezd,
modrino morja,
dobroto srca,
uživaj ljubezen,
ki nekdo ti vedno jo da.

V poeziji življenja
rad se imej!
Veliko se smeji,
uživaj v poeziji življenja.

Ana Marija Justin

NAROBES SVET

Jaz sem topla,
ti si hladen.
Ko jočem jaz,
se ti smejiš.
Ko jaz želim
si ven v naravo,
ti v postelji ležiš.

Ko ti že trdno spiš,
jaz še bedim
in ne razumem
ta narobe svet.

Ana Marija Justin

Mednarodni dan medicinskih sester

V mesecu maju obeležujemo mednarodni dan medicinskih sester. Prevečkrat spregledane, a tako nepogrešljive. Za tako pomemben in odgovoren poklic, ki ga opravljajo skrbno in s sočutjem do pacientov, zagotovo ne prejmejo priznanja, ki si ga zaslužijo. Letošnji dan medicinskih sester bo potekal z geslom Naše medicinske sestre, naša prihodnost: Skrb za medicinske sestre krepi družbeno blaginjo. Mednarodni svet medicinskih sester (ICN) opozarja na poglobljajočo se svetovno krizo v zdravstveni negi – predvsem zaradi slabih delovnih pogojev, izgorelosti kadra, nizkega plačila, nasilja na delovnem mestu in pomanjkanja priložnosti za strokovni razvoj. Izpostavljajo, da so se zdravstvena nega in zaposleni v njej znašli v krizi brez primere, ki ima globoke posledice za javne zdravstvene sisteme, gospodarstvo in samo prihodnost zdravstvene oskrbe. Nedavno objavljeni podatki ICN kažejo, da je pomanjkanje medicinskih sester pereča težava praktično po vsem svetu. Vlaganje v medicinske sestre ne pomeni le zdravstvene koristi, ima tudi dolgoročen vpliv na gospodarsko rast.

Ob mednarodnem dnevu medicinskih sester jim čestitamo in se jim zahvaljujemo za njihovo strokovnost in vsakodnevna prizadevanja, s katerimi pacientom zagotavljajo neprecenljivo oskrbo in podporo v vseh fazah življenja. Medicinske sestre so s svojim strokovnim znanjem, sočutjem in predanostjo ključnega pomena za vzdrževanje zdravja in dobrega počutja v skupnostih po vsem svetu. Hvaležni smo jim za njihovo skrb za obolele in najbolj ranljive v bolnišnicah, zdravstvenih domovih in domovih za starejše ter za ozaveščanje prebivalstva. Drage sodelavke, iskrene čestitke ob vašem dnevu in verjemite, da drugi opazijo vaše dobro delo – tako stanovalci kot njihovi svojci.

Sonja Božič



Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje

Maja je v Narodnem domu Celje potekala svečana regijska proslava Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje. Komisija za priznanja je za leto 2024 razglasila nove dobitnike srebrnih znakov in novo častno članico društva. Kot že velikokrat do zdaj smo izrekli zahvalo vsem tistim, ki so v svojih delovnih sredinah pustili neizbrisen pečat ter ohranjali zdravstveno nego in oskrbo na visokem strokovnem nivoju. V letu 2024 se jih je upokojilo največ doslej.

Ob ritmu šansona in zimzelenih melodij so najvišje regijsko priznanje Srebrni znak DMSBZT Celje prejeli naslednji: Marjana Skale iz ZD Šmarje pri Jelšah, Suzana Koštomaj iz Doma starejših Šentjur, Majda Hrastnik iz Splošne bolnišnice Celje, tim zdravstvene nege Hemodializnega centra Nefrodial Celje in tim zdravstvene nege Centra za duševno zdravje odraslih iz ZD Sevnica. Vsem še enkrat iz srca čestitamo!

Zunanja strokovna sodelavka Anita Kračun je postala častna članica društva. Dobitnica zlatega znaka Zbornice – Zveze Barbara Smrke je bila nagrajena z močnim aplavzom.

Naši direktorici ge. Suzani Koštomaj s ponosom čestitamo za prejem priznanja Srebrni znak DMSBZT Celje — najvišje regijsko priznanje za razvoj stroke.

Ga. Suzana je na svojem osebnem profilu zapisala, da to priznanje ni samo njeno, temveč pripada vsem, ki vsak dan skrbimo za ljudi in verjamemo, da je zdravstvena nega več kot poklic — je poslanstvo. Dodala je še, da za vsakim njenim korakom stoji ekipa in da vsaka zahvala, ki jo prejme, pripada tudi tistim, ki niso v soju žarometov, a vsak dan nosijo svetlobo in delajo za skupno dobro.

Sonja Božič



Medgeneracijsko druženje

Enkrat mesečno prihajajo k našim stanovalcem učenci OŠ Franja Malgaja Šentjur in se z njimi pogovarjajo, prepevajo, berejo in igrajo družabne igre. Na enem srečanju so prebrali zgodbi o veveričji družini. Po prebranem so se pogovarjali o tem, kaj dejansko osrečuje družino in kakšna je razlika med hišo in domom. Ali denar zadostuje? Razvil se je zelo zanimiv pogovor. Kako razmišlja starejša generacija in kako mladi? Na koncu so ugotovile enake: hiša je zgrajena iz opeke, v njej mrgolijo različne stvari, dom pa ustvari ljudi, ki za to ne potrebujejo bogastva. Otroci potrebujejo ljubezen, sprejetost in ne zgolj udobja. Denar na polni denarnico, ne pa srca. Kot vedno je tudi tokrat čas minil prehitro in vsi se že veselimo naslednjega srečanja.

V naslednjem mesecu so nas nasmejali mladi igralci Gledališke skupine Blagve pod mentorstvom Edith Costo s predstavo Iz kletke je lev zbežal. Zgodba govori o cirkusu in cirkuških artistih, ki se pripravljajo na večerno premiero. V kletki žalostno ždi nesrečen lev, a tudi klovna Daisy skriva svoj obraz v dlani. Živ žav na odru privede do tega, da lev kletko zapusti, kar pa ni edina nevarnost za cirkusante. Inšpektorica, ki sovraži cirkuse, želi zapreti tudi ta cirkus in predstavo odpovedati.

Na našem zadnjem srečanju pred poletnimi počitnicami so otroci za stanovalce pripravili kulturni program in krajšo igro o Mačku Muriju. Stanovalci so bili navdušeni in vem, da jih bodo pogrešali – zato pa bo toliko slajše ponovno snidenje v septembru.

Sonja Božič



Na koncu se je izšlo, kot je prav

Pa smo jo dobili! Po mnogih zapletih smo dobili, kar smo želeli. Potrebno je bilo veliko pogovarjanja, jeze in truda. Pomagali smo prav vsi. Zaupali in verjeli smo, da bo zagovarjala naše želje, da bo naša direktorica gospa, ki dela v Domu že 20 let. To je naša magistra Suzana Koštomaj.

Gospa direktorica, imeti boste morali veliko poguma in sreče, da boste vsemu kos. Še posebej ker se pričinja gradnja prizidka k našemu Domu in gradnja enote v Dobju. V tem letu, ko smo bili brez direktorja, se je zagotovo nabralo nekaj težav, zato vam, naša gospa Suzana, želimo vse dobro. To so bile besede naše stanovalke gospe Ana Marije Justin, ki je na zboru stanovalcev pozdravila našo novo direktorico mag. Suzano Koštomaj. Predstavniki stanovalcev gospod Janez Kolman ji je v znak spoštovanja in zadovoljstva podaril šopek. Skupaj smo nazdravili s penino in se posladkali s pecivom iz naše kuhinje. Konec dober, vse dobro.

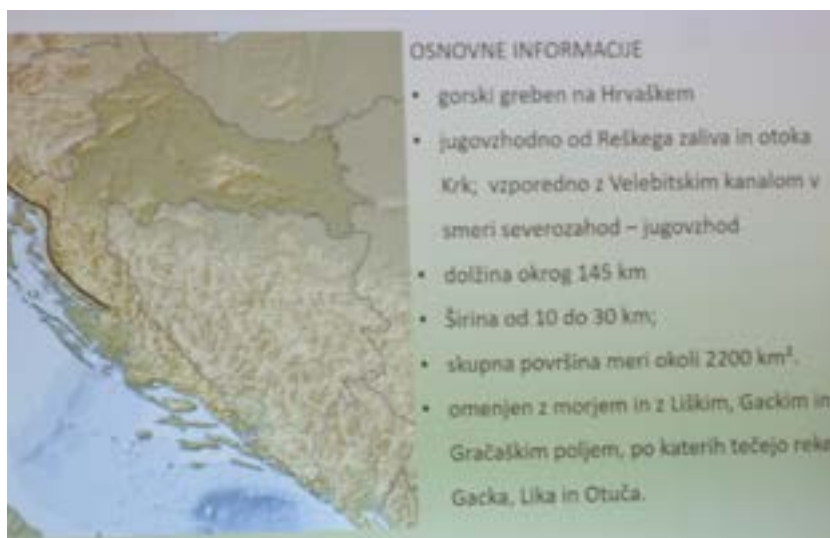
Sonja Božič



Potopisno predavanje

Neko popoldne sredi tedna sta naše stanovalce razvajala z lepimi slikami in besedo Boštjan Rosenstein in Silvo Užmah, planinska vodnika in člana Planinskega društva Slivnica pri Celju. Boštjan je opisal, kam vse se lahko pride iz Logarske doline, Silvo pa nas je popeljal po Velebitu, gorskem grebenu na Hrvaškem. Stanovalci so uživali v izjemnih fotografijah. Imata še veliko za pokazati in povedati, zato nas bosta kmalu spet obiskala.

Sonja Božič



Kjer je dosti cvetja, so dobri ljudje doma

Čakali smo na ledene može in se šele potem lotili zasaditve balkonskih korit, lončkov in posod s sezonskimi rožami in ostalimi rastlinami. Ker želimo biti zadovoljni z izbiro balkonskih zasaditev vse od zgodnjega poletja pa do pozne jeseni, smo se pripravili in izbrali prave rastline. Večina rož ljubi sonce. Sončen balkon ponuja idealne pogoje za rast številnih cvetlic, ki nam našo skrb zanje in dano ljubezen bogato povrnejo z razkošnim cvetjem. Pogled na lepo cvetje je našim mnogim stanovalcem, ki zaradi različnih zdravstvenih težav preživijo veliko časa v postelji, balzam za dušo in vir veselja. Ker pa naši stanovalci pogrešajo svoje vrtičke in pogled na lepo rastočo zelenjavo, smo v visoke grede posadili tudi nekaj zelenjave. Vse to nam je ponovno uspelo narediti in urediti v enem dopoldnevu zaradi pomoči dijakov Šolskega centra Šentjur.

Glavni vhod je ogledalo hiše, ki naredi prvi vtis na obiskovalca. V želji, da bi bil naš vhod čim boljši, smo ga okrasili z dvema visokima loncema in s sezonsko zasaditvijo rastlin. Lonci so se po letih sonca in mraza pričeli luščiti in bil je čas, da nabavimo nove. Vsako pomlad kombiniramo in iščemo zasaditve, a letos nas je tega opravila rešila gospa Branka iz Vrtnarije Valner iz Jakoba pri Šentjurju. Naredila je čudovito zasaditev in nam vse zasajeno cvetje tudi podarila. Hvala Vrtnariji Valner za darilo, ki je polepšalo naš vhod. Tudi gospodu, ki je prišel mimo, je bilo tako všeč, da je dovolil fotografiranje.

Sonja Božič



Vseslovensko petje s srci

Projekt Vseslovensko petje s srci poteka v mesecu aprilu, natančneje 23. aprila, kar je stalnica že od leta 2018. Želja organizatorjev je, da pri projektu sodeluje čim več generacij po celotni državi, ki se na ta dan povežejo v prepevanju pesmi iz bogate zakladnice ljudskih pesmi. S svojim glasom namreč vsak prispeva k skupni energiji. Prepevajo naj tudi tisti, ki mislijo, da nimajo posluha. Na tak način se ohranjajo in prenašajo stari dobri običaji v sodoben svet in na mlade.

Prireditve ob dnevu Vseslovenskega petja s srci že peto leto organizira Kulturno društvo A Vista z Juretom Godlerjem in že drugič v našem Domu. Letos so svoje moči združili pevci Vokalne skupine 7 de'ci, Jesensko cvetje, MoPZ skladateljev Ipavcev, ŽePZ skladateljev Ipavcev in stanovalci Doma starejših Šentjur. Smo na dobri poti, da to druženje postane stalnica.

Sonja Božič



Lepo nam je

Ljudje smo družabna bitja in druženje je naša potreba – prav tako kot hrana in pijača. Če smo v dobri družbi, se dobro počutimo in smo posledično bolj zdravi. Pri nas je to stalna praksa. Tako smo ujeli stanovalce začasnega bivanja v Hiši Gustav: prijetna družba, kavica ter smeh in dan je lep!

Res pa je, da smo ljudje zelo zahtevni in nam ni nikoli prav – vedno najdemo nekaj, da lahko nergamo. Enkrat je prevroče, spet drugič prehladno, danes premočno sije sonce, naslednji dan preveč dežuje. V vsem tem neskladju smo našli dan in čas za to, da smo ustvarjali in si umislili domače terme – Terme Šentjur. Glava v senci, noge v lavorju. Po napornem dopoldnevu je počitek po kosilu boljši kot sprehod. Ko pa sonce pade za prvi hrib, naši stanovalci kot črički pokukajo na plan. V prijetno hladni senci je naenkrat gneča. Teme pogovora mi niso hoteli zaupati, a glede na njihove sproščene obraze, je bil pogovor prijeten. Še posebej zato, ker je bil v dobri družbi.

V našem vsakdanjem življenju imajo barve velik pomen. Vsak posameznik ima svojo najljubšo, morda tudi več njih. Vsaka barva pa vpliva na človeka na svoj način.

Naše dame, ki prihajajo v dnevno varstvo, se zelo dobro poznajo in uskladijo brez odvečnih besed. Nekega dne so z rdečo barvo prav vse izžarevale življenjsko energijo.

Rdeča barva že od nekdaj povezuje vse stvari, ki so povezane z ljubeznijo – rdeče vrtnice, rdeči srčki, rdeče ustnice, rdeče vino itd. Njena protitež pa je zelena barva, ki je barva rasti in pomladi. Zelena barva obnavlja, vrača energijo, daje občutek dobrega počutja in pomirja.

Naše dame se veselijo skupnih trenutkov. Vsak trenutek, ki mine, je korak bližje šepetanju spominov. Obraz je zemljevid življenja in če ga dobro pogledamo, vidimo sledi izkušenj in modrost. Vsaka guba pripoveduje svojo zgodbo, vsak siv las je nit v tkivu časa in vsako leto predstavlja barvito platno posameznikovega življenja. Lepo nam je.

Sonja Božič



Zaključek prostovoljstva

Kaj je prostovoljstvo? To je občutek sreče in zadovoljstva, ko nekomu podariš toplo besedo in nasmeh ter kanček svojega dragocenega časa. Vsem našim prostovoljcem so takšni občutki dobro znani. Prostovoljstvo je zagotovo eno najlepših in najbolj dragocenih vrednot naše družbe. Čeprav gledamo na vsakega prostovoljca kot na superjunaka, ki nesebično deli svoj čas in znanje z drugimi, je lahko takšen junak ali junakinja prav vsak.

Zagotovo tudi vi poznate koga, ki prostovoljstvo preprosto živi. V našo hišo prihaja precej prostovoljcev – od mladih do tistih v srednjih, zrelih letih. Veseli smo, da imamo za prostovoljstvo dogovor z dijaki Šolskega centra Šentjur. Vsako leto pa pride tudi kakšen dijak Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje. Za slednje je najbolj zaslužen profesor Peter Tovornik Čepin, ki je tudi sam prostovoljec. Vsako leto ob zaključku šolskega leta nam dijaki pod njegovim mentorstvom in ob glasbeni spremljavi Danijela Berdena pripravijo program z veliko glasbe in se tako poslovijo za čas počitnic. Letos smo na zaključek povabili tudi naše ostale prostovoljce in se jim zahvalili s cvetom ter pisno zahvalo. Nekateri prihajajo enkrat mesec, nekateri enkrat na dva tedna, nekateri vsak teden. Ti naši predani prostovoljci so naslednji: Milena Kajtna, Peter Krč, Tone Kukovič, Slavica Spolenak Jakop, Fanika Cmok, Irma Vrečko in Slavko Marš. Pred kratkim se nam je pridružila še ena prostovoljka, ki ob torkih dela družbo naši slepi stanovalki, se z njo sprehaja in ji kaj prebere.

Vas zanima prostovoljstvo? Bi tudi vi želeli postati superjunak? Ste radi dejavni? Iščete aktivnost, pri kateri bi se počutili uspešni, koristni in povezani z drugimi? Pridružite se nam! Prostovoljstvo je aktivnost, ki vam je lahko pri vsem tem v pomoč.

Najhitrejša pot do sreče je osrečevanje drugih ljudi. Če nekomu podaš roko, da bi mu pomagal, dodaš svojemu vsakdanjiku višji pomen.

Sonja Božič



Modna revija pomlad/poletje

Samo pogled skozi okno in vročina, ki nam ne da dihati, nas opozarjata, da je poletje tu, z njim pa menda prvi vročinski val. Skrajni čas je, da menjamo garderobo. Ker vemo, da rad vsak malo poživi in dopolni svojo garderobo, smo k sodelovanju ponovno povabili trgovino SENIOR iz Domžal s prodajo kvalitetnih oblačil za starejše. Da bi jim pomagali pri izbiri in odločitvi, smo pripravili modno revijo, na kateri so bili naši stanovalci glavni manekeni in manekenke. Nekateri so postali manekeni že drugič, nekateri pa so se s tem izzivom spopadli prvič. Da so se lahko zares počutili kot pravi manekeni, smo jim pripravili razvajanje. Najprej so se jim posvetile naše domske frizerke Marjana, Olgica in Nina, ki niso prave frizerke, ampak delajo čudeže. Dijakinje Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje so s pravimi ličili dopolnile in zaokrožile delo frizerk. Stanovalko so žarele in odložile nekaj let. Vesele, presenečene in zadovoljne so se ogledovale in občudovale. Njihove obraze je dodatno obsijal širok nasmeh in izginile so vse tegobe, ki jih prinesejo leta. Pokončno in ponosno so se sprehodili po rdeči preprogi. Ena od stanovalk je povedala, da so se ji kolena tako tresla, da ni bila prepričana, če bo sploh lahko naredila kakšen korak. Ampak ji je uspelo in danes je vesela, da sem jo prepričala v nekaj novega in da je stopila iz svojih prepričanj in okvirov. S sivino v laseh, širokim nasmehom in z nežnim make-upom so bili tako lepi, čudoviti. Trenutek je bil tako pisan, popoln in poln življenja, da smo ostali brez besed.

Sonja Božič





Sladoledni piknik

Ko se višajo temperature, ni prijetnejše razvade, kot je ta, da si privoščimo ledeno kavo in kepico ali dve najljubšega sladoleda. Sladoled ima posebno mesto v srcih ljudi vseh generacij – od otroškega navdušenja ob pisanih okusih do nostalgичnih spominov na poletne večere s prijatelji. Spomine in veselje v naših stanovalcih smo prebudili s sladolednim piknikom. Izbirali so lahko med štirimi okusi sladoleda in zelo dobro ledeno kavo.

Sonja Božič



Spodnji trg - aktivno vključevanje stanovalcev

V skupini Spodnji trg si prizadevamo za čim bolj aktivno vključevanje stanovalcev v vsakodnevno življenje našega doma. Verjamemo, da aktivnosti, ki povezujejo stanovalce, krepijo občutek skupnosti, dvigajo kakovost življenja in prispevajo k večji samostojnosti posameznika.

Stanovalce vsakodnevno spodbujamo k sodelovanju pri različnih dejavnostih, pri čemer upoštevamo njihove zmožnosti, želje in interese. Redno izvajamo:

- Petje, kjer skupaj prepevamo slovenske ljudske pesmi. Petje ne krepí le spomina in govora, temveč ustvarja tudi prijetno in sproščeno vzdušje v skupini.
- Sprehode v bližnji okolici, s katerimi krepimo telesno aktivnost in povezujemo stanovalce z naravnim okoljem. Po potrebi prilagodimo tempo in dolžino poti.
- Praznovanja rojstnih dni, ob katerih skupaj s stanovalci pripravimo manjšo pogostitev, podelimo voščila ter z drobnimi pozornostmi ustvarimo občutek prazničnosti in medsebojne povezanosti.

- Domača opravila, kot so pomoč pri pogrinjku, zlaganje perila, zalivanje rož in urejanje skupnih prostorov. Stanovalci se tako počutijo koristne in pomembne za skupnost.

Poseben poudarek namenjamo spodbujanju samooskrbe, pri čemer vsakemu stanovalcu pomagamo ohraniti ali ponovno pridobiti čim večjo mero samostojnosti pri vsakodnevnih opravilih, kot so osebna higiena, oblačenje, pomoč pri hranjenju in gibanje. Pri tem vedno spoštujemo posameznikove meje in ponujamo podporo tam, kjer je ta potrebna.

Zavedamo se, da je ohranjanje aktivnega načina življenja ključno za dobro počutje in dostojanstvo starejših oseb. Zato bomo še naprej nadgrajevali našo prakso in uvajali dejavnosti, ki spodbujajo ustvarjalnost, medsebojno povezovanje in samozavest naših stanovalcev.

Petra Jazbec z ekipo



Morje v lavorju in sladki trenutki v Zarji

V skupini Zarja smo si sredi poletja pričarali pravo morsko vzdušje kar v Domu. Ker do morja ni šlo, smo si ga pripeljali kar sem. Napolnili smo lavorje z dodatkom morske soli in sivke ter z osvežilno vodo in si privoščili sproščujoče namakanje nog. Ob tem smo klepetali, se smejali in obujali spomine na morje. Da je bil dan še bolj poseben, pa smo praznovali rojstne dneve naših stanovalcev. Ob prijetni glasbi smo zapeli slavljenecem in si skupaj privoščili sladke dobrote ter nazdravili s kozarčkom vina. V zraku je bilo čutiti veselje, hvaležnost in toplino druženja. Takšni trenutki nas povezujejo in opominjajo, da si lahko srečo ustvarjamo tam, kjer smo – s prijazno besedo, toplim objemom in z dobrimi ljudmi ob sebi.

S pomočjo stanovalcev smo skupaj pripravili sladko presenečenje – pekli smo palačinke. Ob prijetnem druženju in vonju po svežih pečenih palačinkah so nastali čudoviti trenutki, polni smeha in topline.

Mojca Turnšek



Dnevi na negovalnem oddelku

Naš dan na negovalnem oddelku se začne ob sedmih zjutraj. Po predaji popoldanske in nočne izmene gremo v nego, pri kateri sproti pripravljamo stanovalce za zajtrk. Pokretnim stanovalcem pomagamo, da se uredijo in se nam pridružijo v skupnem prostoru, kjer jim postrežemo z zajtrkom. Po našem odmoru se stanovalce hidrira oziroma jih spodbujamo k pitju tekočin in naredimo potrebno nego. Ob kosilu pa se nam pridružijo svojci stanovalcev. Stanovalci se v našem Domu počutijo odlično. Všeč jim je odnos osebja do njih, kako jim nudimo pomoč in oporo, kako poskušamo ublažiti njihove bolečine ter se z njimi pogovarjamo, ko imajo tegobe, in jim nudimo pomoč ob težkih dnevih. Vsi stanovalci imajo dobre in slabe dneve, zato jih vedno poskušamo spraviti v dobro voljo.

Vsi stanovalci so vključeni v različne aktivnosti. V zimskem času vedno okrasimo oddelek z božičnimi okraski, ki jih izdelajo stanovalci, pečemo pa tudi piškote. Ob božiču in novemu letu imajo tudi pogostijo. V času pusta si naredimo maske oziroma jih naredimo za vse stanovalce na negovalnem oddelku in spečemo krofe. Vsako leto se nam pridružijo še otroci iz OŠ Franja Malgaja in imamo pustno rajanje. Spomladi pa stanovalce peljemo večkrat ven, na sonce, kjer imajo razne aktivnosti – npr. sajenje rož. Peljemo jih tudi na različne izlete, ampak ker je spomladi večkrat deževno vreme, igramo v Domu različne družabne igre, radi pa tudi izdelujejo, zato spečemo kakšno pecivo ali palačinke. Oddelek okrasimo tudi poleti. Stanovalci imajo telovadbo na prostem, ko ni premočno sonce. Včasih se pridružijo modni reviji in glasbenim dogodkom tudi dijaki Srednje zdravstvene šole Celje.

Sabina Lah



Dnevi v Hiši Gustav

V Hišo Gustav prihajajo ljudje v podaljšano bivanje in okrevanje. Naš tim se trudi in si želi, da bi se med nami počutili dobro. Veliko se družimo, kaj narišemo ali pobarvamo, naredimo tudi kakšne piškote ali spečemo palačinke. Ko se posedemo za mizo, nam stanovanlci zaupajo, kako so oni živeli v mladih letih, in nam povedo kakšno zanimivo prigodo. Včasih tudi zapojemo – iz srca, veselo in naglas. Pri nas odmeva ljudska pesem in kakšna vesela šala, da nam smeh razvedri obraz.

Ob torkih varovanci radi gredo k Sveti maši, da slišijo, kaj bo povedal gospod župnik, ki jim prebere zanimivo pridigo in skupaj zapojejo cerkveno pesem.

In pride čas, ko gredo od nas nazaj domov. A včasih bi kdo najraje kar ostal pri nas. Ob slovesu potočijo solze in povedo, da se z veseljem še kdaj vrnejo k nam.

Tanja Pristušek



Čas slovesa, a tudi hvaležnosti

Po 25 letih dela v našem Domu se letos poslavljam od službenih obveznosti in stopam na novo življenjsko pot – pot upokojitve. Ko pogledam nazaj, se mi pred očmi zvrstijo številni lepi trenutki, nasmehi stanovalcev, toplina sodelavcev in dragoceni spomini, ki jih bom za vedno nosila s seboj.

Delo v Domu ni bilo le služba – bilo je poslanstvo. V vseh teh letih sem se veliko naučila – o potrpežljivosti, sočutju, vztrajnosti, pa tudi o tem, kako pomembne so tople besede, stisk roke in iskren nasmeh. Skupaj s stanovalci in sodelavci smo ustvarjali skupnost, ki je bila več kot le delovno okolje – bila je moj drugi dom.

Z mnogimi sem stkala pristne vezi, ki jih bo težko zapustiti. A zdaj prihaja moj čas. Čas, ko bom lahko več trenutkov delila z možem, objemala vnuke, kolikor bo šlo, in poskrbela za svoje predrage rožice, ki že čakajo, da jim namenim več pozornosti.

Zahvaljujem se vsem, ki ste z menoj delili ta del poti – za podporo, prijateljstvo in številne skupne trenutke. Pogrešala vas bom, a vas nosim s seboj – v srcu, z nasmehom in s toplino, ki je ne more vzeti nobeno slovo.

Dragica Korošec



III. življenjsko obdobje

Sem Tatjana Debelak iz Lesičnega. Polnih 20 let sem z veseljem sem opravljala delo recepcionke, ki je zelo pestro in razgibano.

Zelo dobro moramo poznati osebe z demenco, saj v Domu nimamo zaprtega oddelka in moramo biti pozorni pri obiskih, kdo vse prihaja in kdo odhaja. Poleg tega spremljamo kamere, usmerjamo obiske, delamo s telefonsko centralo, pošto, z računalnikom, opravljamo razna beleženja za hišnika, pedikerko in frizerko ter pomagamo v bifeju.

Menim, da mora človek za takšno delo imeti čut do soljudi, jih spoštovati in biti pozitivno naravnani, saj lahko s svojo energijo prispevaš k dobremu delovnemu okolju. Prišel je čas moje upokojitve in prehajam v III. življenjsko obdobje, ko bom imela več časa zase in za umirjeno delo na manjši kmetiji.

Tatjana Debelak



Ko službo zamenja čas celega sveta

Kar prehitro (no, včasih je šlo zelo počasi) je minilo dobrih deset let, odkar sem pričela z delom v Domu, v maju pa 40 let moje službe v kuharskih vodah.

Vedno sem se spraševala, če mi bo res kdaj dano, da bom lahko izpregla vse vezi službe. Letos maja pa je prišel ta čas. Čeprav sem rada hodila v službo, jo z veseljem opravljala in se trudila po svojih najboljših močeh, ni bilo vedno enostavno. A s skupnimi močmi smo vedno nekako poiskali rešitve in delali v dobrobit stanovalcev in zaposlenih. Vedno sem se veselila pogovorov s stanovalci – tisti drobni stiski rok in vedno nasmejani obrazi so mi dajali moč, da sem svojo zgodbo v Domu pripeljala do konca.

In sedaj sem že skoraj dva meseca upokojenka. Joj, kako je to fino! Ne obremenjuješ se s časom in tempom, obveznosti ter potrebe pa prilagajaš sebi in partnerju. Kakšno srečo imam, da se je pred mano upokojil tudi moj mož in si ustvaril svoj ritem, ki ga sedaj dihava oba. Srečna sva, da lahko uživava v skupnih dejavnostih in hobijih, da imava več časa za širši krog družine in prijatelje ter da ima konec koncev tudi vsak čas zase in svoje potrebe.

Vsi moji hobiji počasi curljajo na plano: nabiranje zelišč in zdravilnih rožic, vrtnarjenje, pripravljanje vložnin in sušene zelenjave, likerjev, tinktur, ukvarjanje z rožicami, kolesarjenje, branje in pisanje (morebiti bom zdaj uspela dokončati kakšno knjigo), kvačkanje in pletenje pa puščam za zimski čas.

Želim si samo, da bi mi služilo zdravje in bi lahko kvalitetno preživljala svoje tretje življenjsko obdobje – tako se reče, a ne?

Polona Hren



Moji spomini iz rane mladosti

V bližini naše domačije je tiste čase rastlo šest zelo velikih kostanjevih dreves. Seveda je bil ta kostanj užiten. Na koncu njiv in travnika za gozdom sta bila še dva velika kostanja. Sadeži pod temi velikimi drevesi so padali v razno podrastje in grmovje. Najboljše pa je bilo to, da sem si prislužila prvi denar z nabiranjem in prodajo teh sladkih sadežev. Vage oz. tehtnice nismo imeli, zato je naša mama merila z litrskim loncem, kar je predstavljalo približno en kilogram na pravi tehtnici. Denar je bil seveda zelo dobrodošel za nakup šolskih potrebščin. Tisto leto, okoli 1950 in še kakšno čez, ni bilo nobenega bogastva, zato smo vsi gledali, kje se je dalo najti kakšen dinar.

Po končani osnovni šoli pa sem že bila toliko pri močeh, da sem atu malo pomagala pri delu. V družini smo se dogovorili, da posekamo eno kostanjevo drevo. Sadeži so bili zelo drobni. Takrat še nismo slišali za motorno žago. Ata si je nekje sposodil dolgo ročno žago. Reki so ji »amerikanka«. S to dolgo žago sva z atom dan za dnem hodila okoli tega kostanja tako dolgo, da je padel. Kar pa me še danes veseli, je to, ko smo šteli letnice. Našteli smo 180 kolobarjev – kolikor je kolobarjev, toliko je let. Še danes sem ponosna na ata, da sva se sploh spravila k podiranju tako velikega drevesa. To je bilo okrog leta 1955.

Od tistih šestih mogočnih kostanjev je ostal samo še največji, ki je star najverjetneje okoli 300 let.

Pavla Prekupec



Pravo prijateljstvo ne pozna časa

Prijateljstvo je dragoceno vezivo, ki prepleta naša srca. Prijatelj je svež veter, ki razprši oblake in nam pričara sončen dan. Je tisti, ki se z nami smeje, nam obriše solze in je zatočišče v nevihtah.

Pravi prijatelj je tisti, ki pride, ko ostali odidejo. Ganljiv citat Walterja Winchella nas opominja na resnično vrednost prijateljstva. V življenju pogosto srečamo veliko ljudi, a v težkih trenutkih ostanejo ob nas le pravi prijatelji in prepoznamo jih po njihovih dejanjih, ne le besedah. Prisluhnejo nam in nam stojijo ob strani, ko to najbolj potrebujemo. Njihova prisotnost v našem življenju je neprecenljiva. Naš stanovalec Gabrijel je lahko neizmerno srečen, ker ima več takšnih prijateljev. Bil je predan gasilec, dokler je lahko, in gasilski prijatelji ga niso pozabili. Na lep sončen dan so prišli ponj in ga na počivalniku odpeljali do gasilskega doma in mu pokazali novo pridobitev – gasilski avto, ki je nekaj posebnega. Prišlo jih je veliko. Z njim so obujali spomine in se iz srca nasmejali skupnim prigodam. Končali so – kot v starih časih – na hladnem pivu pri Bohorč. Gabrijel tega dneva zagotovo še kmalu ne bo pozabil – kot tudi obljube, da kmalu ponovijo.

Sonja Božič



Izlet naših stanovalcev

Našim stanovalcem želimo čim bolj kvalitetno zapolniti čas in odločili smo se, da jih odpeljemo na izlet. V petek je bilo kot v čebelnjaku že pri zajtrku in vse do prihoda avtobusa. Ob zvokih harmonike so veselo poiskali svoj prostor na avtobusu. Ker imamo nekaj stanovalcev, ki jim vstop v avtobus predstavlja veliko težavo, smo jih odpeljali s službenim kombijem. Z velikim pričakovanjem smo se odpravili proti Podčetrtku, natančneje gradu Podčetrtek, kjer smo imeli prvi postanek. Pričakal nas je g. Boštjan Misja in nas popeljal po prenovljenem gradu, ki je ena izmed pomembnejših kulturnih znamenitosti kraja. Čeprav je precej obnovitvenih del že izvedenih, grad še vedno čaka nekaj nadaljnjih prenov. Ogledali smo si tudi digitalno doživetje Četrtkovo sojenje in se sprehodili po grajski terasi, kjer smo v kavarni s prekrasnim pogledom na Podčetrtek spili kavico. Pot smo nadaljevali proti Olimju, skozi zeliščni park patrov, vse do Čokoladnice Olimje, kjer v majhnem družinskem podjetju še vedno ročno izdeluje čokolado. Ogledali smo si čokoladni butik in nakupili praline in čokolado za svoje najdražje. Pot smo zaključili s kosilom na Domačiji Haler, kjer smo po kosilu tudi zaplesali. Pot nazaj je bila bolj mirna, zbirali smo prijetne spomine in bili vsi prijetno utrujeni. V mislih pa že snujemo zamisli za naslednji izlet.

Sonja Božič



Polepšali so nam dan

Trudimo se, da našim stanovalcem pričaramo lep glasbeni nastop vsaj dvakrat na mesec. V naši dvorani je igralo in prepevalo že veliko glasbenikov. Obstajajo pa tudi takšni glasbeniki, ki naš trud opazijo, nas sami pokličejo in povedo, da bi prišli igrati za naše stanovalce.

S svojimi citrami je že večkrat božala dušo in ušesa naših stanovalcev znana citrarka Jasmina Levičar, tokrat pa je s sabo pripeljala še Tercet DoMiMa. Jasmina je znana glasbenica in redna spremljevalka Prifarskih muzikantov na njihovih koncertih. Oči so se ji zaiskrile, ko je povedala, da zanimanje za igranje citer narašča in da ta milo zvoneči instrument marsikoga navduši. Trenutno poučuje igranje citer v Radečah, Laškem, Šentjurju in Šmarju pri Jelšah. Že dalj časa pa poučuje tudi starejše. S tercetom je sodelovala že pred leti, nakar so za nekaj časa nehale prepevati, sedaj pa ponovno skupaj igrajo, prepevajo in razvajajo poslušalce. Tercet DoMiMa izhaja iz Kozjanskega. Pevke prepevajo manj znane in pozabljene pesmi ter nastopajo v praznični kozjanski noši. Za njihovo petje je značilno slovensko troglasje, pri čemer ima vsaka svojo značilno barvo glasu. Svoj nastop so končale z njihovo najbolj znano pesmijo: »Mili moj kozjanski kraj, vidim te kot prej nekdanj, sredi polja in ravan Bohorja osojna stran!«

Prav na Prešernov dan je naše stanovalce obiskal znan glasbenik Viki Ašič starejši v družbi Ivana in Alenke Golež, ki sta prepevala ob zvokih njegove harmonike. Vikiju zaradi njegovega virtuoznega igranja pravijo tudi Avsenik na diatonični harmoniki. Imel je svoj ansambel, s katerim je prepotoval lep del sveta. Sedaj ansambla več ni, še vedno pa rad zaigra in razveseli starostnike v kakšnem domu. Pri tem mu že leta pomagata Alenka in Ivan. Zaigrali in zapeli so same znane pesmi in stanovalci so z njimi prešerno prepevali. Prav na ta dan je praznovala svoj osebni praznik naša stanovalka Tončka Langus, ki je vse svoje življenje prepevala v zborih in jih nekaj tudi vodila. Pevca jo dobro poznata, saj so bili skoraj sosed, zato so ji voščili s pesmijo. Bila je presenečena in zelo vesela – še posebej, ko sta jo povabila, da skupaj zapojejo. Bili smo priča ganljivemu, a zelo lepemu zaključku.

Društvo Rdeči noski stanovalci dobro poznajo, ker so jih s svojim humorjem že večkrat dobro nasmejali. Tokrat so zanje uprizorili gledališko predstavo z naslovom Gremo na morje, ki je prilagojena za osebe z demenco ter vse ostale z željo, da se jim omogoči prijetna izkušnja obiska gledališča. V predstavi je mlad par, ki potuje z vlakom in s seboj popelje gledalce v svet lepih spominov in prijetnih občutkov. Stanovalci so lahko ob glasbeni spremljavi opazovali pokrajino, ki je brzela mimo okna. Vzdušje je bilo prijetno in je omogočilo igralcem, da so navezali stik s stanovalci in jih vključili v predstavo. Lahko so potipali brisačo in kopalke, čutili veter, vonjali borovce in sivko ter si podajali žogo. Zabavali so se in se zelo radi vključevali v dogajanje. Predstavo so zapustili z nasmehom na obrazu in veseljem v srcu.

Zakonca Gregl, Marjana in Frenk, sta na Celjskem dobro poznana. Kjer se pojavita, tam se sliši pesem. S svojo dobro energijo sta razvedrila tudi nas. Vedno sta nasmejana, pozitivno razpoložena, energična in dejavna upokojenca, ki s petjem razveseljujeta druge. Marjana vodi Društvo prijateljev dobre volje in petja, ki šteje več kot 400 članov. Poleg tega je vodja pevske skupine v sklopu Društva upokojencev Celje, z možem pa že nekaj časa vsak četrtek prepevata tudi z oskrbovanci v Domu Lipa v Štorah. Z našimi stanovalci sta prepevala celo uro in obudila kar nekaj starih pesmi. Zaplavali so v spomine in videti je bilo kakšno solzico. V dobri družbi čas mineva hitreje. Razšli smo se z obljubo, da se kmalu spet srečamo.

Posebno glasbeno razvajanje so nam pričarali pevci kvarteta Shalom iz Ljubečne. Letos so si zadali, da bodo obiskali vse domove v naši regiji. Mateja, Silvo, Mihaela in Aleš prepevajo skupaj že 29 let in pravijo, da se niso še nikoli sporekli. Njihovo prepevanje je balzam za dušo. Tokrat so s sabo pripeljali še mladega, nadarjenega harmonikarja Lana, sina Mateje in Silva. Nekaj je zaigral sam, potem pa je ob spremljavi Aleša pokazal, kako se da s kuhalnico brenkati po grabljah. Bilo je veselo in zanimivo.

Vsako leto v marcu nas s svojim obiskom in nastopom razveselijo pevci MoPZ skladateljev Ipavcev Šentjur. Tudi letos so zapeli vsem ženam, mamam in mučenikom.

Naši stanovalci so uživali v deževnem dnevu in močno ploskali – upravičeno, saj so jim popoldan polepšali plesalci Folklorne skupine DU Štore. Zaplesali so dva daljša spleta plesov. Med pavzo, da so lahko plesalci malo zadihali in si navlažili usta, je zapel in zaigral na harmoniko njihov mladi muzikant Žiga. Seveda so mu naši stanovalci z veseljem pomagali. Imeli smo lepo popoldne in prijetno druženje – sicer turoben in deževen dan, v srcih in na obrazih naših stanovalcev pa veselje in smeh.

Vsako leto nas obiščejo ljudske pevke Taščice iz Vojnika. Slovensko ljudsko pesem prepevajo in širijo že 21 let. Zraven so pripeljale svoj podmladek, bratca Matica in sestrico Lano, ki sta zapela ob harmoniki. Otroci vedno pobožajo dušo, navdušijo in raznežijo poslušalce. Tudi pri nas ni bilo nič drugače.

Pri nas se veliko prepeva in skoraj vsak dan odmeva glas harmonike, a smo vseeno veseli vsakega glasbenega obiska. K nam so prišli varovanci Varstveno delovnega centra Šentjur z Gašperjem, ki je odličen glasbenik in je svoje varovance dobro naučil ter pripravil. Prepevajo vse od dalmatinskih do narodnih, zabavnih in narodnozabavnih. Naši stanovalci so poznali večino pesmi in z njimi prešerno prepevali. Kmalu ponovimo.

Lepo popoldne so nam podarili tudi pevci in pevke Jesensko cvetje iz Šentjurja in MePZ DU Laško. Slednji so nam prinesli tudi pozdrave naše bivše direktorice.

Termometer je kazal 30+, ni pa bilo vroče samo zunaj, ampak tudi v naši dvorani. Našim stanovalcem so še dodatno povišale utrip plesalke plesne skupine Zasavski country. Gospe so plesne navdušenke v najlepših, zrelih letih in so se odločile plesati in s plesom sproščati svojo odvečno energijo. Pričele so s polko in valčkom, a ker ni bilo moških kandidatov, so se odločile, da bodo poiskale nekaj drugega. Navdušil jih je country ples v vrstah, zato so ga začele pridno trenirati. S sprostitvenimi plesnimi koraki, energijo in veseljem do plesa navdušujejo in razveseljujejo ljudi. Ples je zdravilo za dušo in telo. To pa je še ena dobra plat plesa. Ples je naravna in preprosta oblika gibanja, za katero ne potrebujemo nobenih pripomočkov. Plešemo lahko celo ob kuhanju nedeljske juhe! Ples je edina oblika vadbe, ki nam da občutek, da smo živi. Predstavlja veliko več, kot si sploh lahko predstavljamo. Ni le druženje, užitek in zabavna aktivnost, temveč tudi zelo dobro vpliva na počutje in zdravje. Ples preprečuje staranje in izboljšuje spomin. Zato verjamemo, da bodo te dame še dolgo fit in bodo še dolgo plesale ter razveseljevale staro in mlado.

Vročina še ni popustila, pa smo imeli že naslednji glasbeni nastop. »Ta glavnega« oziroma vodjo ansambla Gajstni muzikanti, Domna, lahko obiskovalci občasno vidijo na naši recepciji, kjer dela kot študent. Vsi smo vedeli, da igra harmoniko, saj občasno ob vikendih, kadar dela, našim stanovalcem kaj zaigra. Ko je videl, da prihaja k nam veliko glasbenikov, me je ustavil in rekel: »Tudi nas lahko kdaj povabiš. Bomo z veseljem prišli.« Ko sem ga poklicala in sva se zmenila za nastop, sem izvedela za ime ansambla in da je za njimi že veliko nastopov, porok, raznih praznovanj in veselic. S svojim igranjem so naše stanovalce dobro razgreli. Zunaj se je pripravljalo na nevihto, ki pa so jo z igranjem uspešno pregnali. Ko sem jih poslušala, mi je prišla na misel pesem Borisa Kopitarja Bo moj vnuk še pel slovenske pesmi. Bo, bo! Ob takšnih mladih in nadarjenih glasbenikih bo zagotovo. Lepo nam je.

Najboljših in najlepših stvari na svetu ni mogoče videti ali se jih dotakniti.

Treba jih je čutiti v srcu.

/Helen Keller/

Sonja Božič



Visoki jubileji

V aprilu je bil za naš Dom poseben dan, saj smo skupaj praznovali 100 let naše stanovalke gospe Marije Maček.

Priprave na tako lep dogodek so se pričele že zjutraj. Treba je bilo okrasiti prostor in tudi sobo slavljenke. Prav je bilo, da se je ta dan vse vrtelo okoli nje.

Gospa je vedno nasmejana in hvaležna za vse. Še nedolgo nazaj je prepevala v domskem pevskem zboru in kaj prebrala na raznih dogodkih. Po padcu pa je v postelji ali na počivalniku. Še vedno je pozitivna, dobre volje in vesela vsakega obiska. »Ni mi dolgčas,« je povedala. Še vedno veliko bere, rada gleda televizijo in na svet gleda z dobro voljo. Prav njen optimizem in veselje do življenja sta lahko marsikomu za zgled in opomnik v življenjskih preizkušnjah.

Ko sta jo brat in svakinja peljala iz sobe, so jo v jedilnici gospodinjske skupine Rožmarin pričakali vsi njeni sostanovalci in ji voščili s pesmijo. Še večje presenečenje pa jo je čakalo v skupnem prostoru, v Hiši. Najprej ji je voščila direktorica našega doma mag. Suzana Koštomaj, zatem pa še podžupanja gospa Silva Koželj ter naša stanovalka in njena prijateljica Ana Marija Justin. Ker je bila gospa Laščanka, so ji prišli voščiti tudi iz Laškega, in sicer župan Občine Laško Marko Šantej, predstavnik Območnega združenja Rdečega križa in predsednik Krajevne skupnosti Marija Gradec. Vsi zbrani sorodniki so ji ob spremljavi kitare in harmonike zapeli nekaj pesmi. »Zdaj pa je res škoda umreti, ko sem toliko dočakala,« je rekla Marija, ko je videla, kdo vse jo je prišel pozdravit in ji voščiti.

Bila je kar malo zbegana in v zadregi, saj so čestitke prihajale z vseh strani. Tolikšne pozornosti ni vajena. Marija je vse življenje živela zelo skromno. V družini se je rodilo 10 otrok in vsi so bili vajeni trdega dela. Povedala je, da so bili pošteni, pridno delali in se veselili vsakega dne. Lahko ji verjamemo, saj je nenazadnje dočakala zavidljivih sto let, kar je dano le redkim.

Pravo vrednost človek nosi v sebi, tisto, ki je požar ne zogleni, veter ne odpihne, potres ne načne in družba ne odvzame. Tisto, ki je vedno z njim, kamor koli gre. (Petra Škarja)

Maja, le mesec kasneje, ko nam sonce že pričara toplino in se nam približajo sanje o poletju, je svoj 101. rojstni dan praznovala gospa Angela Jazbinšek iz Dobja. V okviru storitve pomoč družini na domu jo večkrat na teden obišče naša socialna oskrbovalka Zinka. Prinese ji kosilo in ji pomaga pri osnovnih življenjskih opravilih.

Stoletje je doba, ki že v zgodovini nekaj šteje, kaj šele v človekovem življenju. Ob tako lepem jubileju so jo obiskali župan Občine Dobje, predstavniki RK in Karitas, direktorica Doma starejših Šentjur, vodja pomoči na domu in socialna oskrbovalka Zinka. Gospa Angela je kljub visokemu jubileju zelo čila, dobrovoljna in nasmejana. Je bistrega duha, dobrega spomina in je prava zakladnica naukov in nasvetov. Vseskozi je živela in trdo delala na kmetiji, skrbela za družino in povila štiri otroke. Povedala je, da se je bilo treba veliko odrekati, a če si skromen in hvaležen za malenkosti, je vse lažje. Znala je sprejemati in prenašati vse, kar jo je doletelo, in prav zato je pri teh letih še vedno tako polna energije. Sedaj si želi samo, da bi ji zdravje služilo še dolgo.

Svoj 101. rojstni dan je praznovala v krogu otrok in vseh, ki so jo z obiskom presenetili in ji pripravili pristrčno praznovanje. Skupaj smo nazdravili vsem spominom iz preteklih let. Gospa Angela, še enkrat vse najboljše in se vidimo na 102. rojstni dan!

Enkratno je, življenje. In le eno podarjeno.

Vsrkaj, užij ga, ne izgubi minuto nobeno.

Energijo črpaj tudi iz preprek, ki so na poti, meri le do zvezd, naj vihar te ne zmoti.

Mama je edina oseba, ki te nosi devet mesecev v trebuhu, tri leta v naročju in za vedno v svojem srcu.

Okrogel jubilej, 90 let, je v krogu svojih otrok in vseh, ki jo imajo radi, praznovala mama, tašča, babica, teta in soseda Matilda Kugler. Starost prinese s seboj številne življenjske izkušnje in preizkušnje. Gospa Matilda je povedala, da življenje ni vedno lepo ali zavezano s pentljo, a je še vedno darilo. Vsak prehojen korak skozi čas nas obogati s pomembnimi lekcijami in dragoceno

modrostjo. Tako kot sonce, ki zahaja za obzorje in pušča za seboj žareče odtenke na nebu, tako tudi vsako obdobje življenja pušča na nas svoj pečat. V mladosti smo osredotočeni na iskanje svojega mesta pod soncem, a z minevanjem let postopoma spoznavamo, da so prava vrednota najpogostejše preprosti trenutki radosti, ljubezni in povezanosti z drugimi. Povedala je, da svojega življenja ni nikoli primerjala z drugimi, saj človek nikoli ne ve, kako je hoditi v čevljih drugega. Vsaka guba na njenem obrazu pripoveduje svojo zgodbo in vsak siv las je priča neke izkušnje. Čeprav se telo morda res stara, srce ostaja mlado ter napolnjeno z ljubeznijo, sočutjem in modrostjo, ki jo lahko deli z drugimi.

Sonja Božič





Simfonija staranja

Staranje je nežna pesem časa, ki se prepleta skozi naše dni. Vsak trenutek, ki mine, je korak bliže šepetanju spominov. S staranjem ne izgubljam le let, temveč pridobivamo dragoceno zakladnico izkušenj. Pregledujemo vrtove preteklosti, kjer cvetijo spomini na ljubezen, smeh in izzive, ki so nas oblikovali.

Na obrazu, ki je postalo zemljevid življenja, se odražajo sledi izkušenj, hkrati pa sije globoka modrost. Vsaka guba pripoveduje svojo zgodbo, vsak siv las je nit v tkivu časa. Staranje je simfonija občutkov, ki se razvija v duši kot čudovit harmonični orkester.

V starosti se odpira prostor za razmislek o smislu ljubezni in minljivosti. Ne gre le za ohranjanje telesne moči, temveč tudi za odkrivanje notranje moči. Pogled v ogledalo ni le srečanje s fizično podobo, ampak tudi z iskrivimi očmi, ki so vidno okno v bogato notranjost.

Staranje ni le zaključek mladosti, temveč tudi začetek novega poglavja življenja. V vsakem trenutku se piše nova stran, nova pesem, nova zgodba. Z leti se morda res spreminja naša zunanost, a srce ostaja zvesto sebi. Staranje je umetnost sprejemanja in ljubezni do sebe, v kateri vsako leto predstavlja barvito plat naše življenjske palete.

V tej simfoniji časa in spominov, v tej pesmi gub in izkušenj, postane staranje dragocen časovni prah, ki se naseli v našo dušo. Čustveno bogastvo staranja nas uči ceniti vsak trenutek, spoštovati pot do sedanjosti in odpirati vrata neznanim dogodivščinam, ki nas še čakajo.

Skupaj z našimi stanovalci pišemo edinstveno simfonijo – simfonijo življenja. Tako kot vsaka simfonija ima tudi naša štiri stavke oz. poglavja. Začnemo s sonato, ki zajema čas vselitve, čas spoznavanja in čas uigravanja. Ta del je hiter, saj želimo stanovalcu povedati vse naenkrat, ga spoznati s sostanovalci in vpeljati v vse dogodke. Sledi počasen del, del prilagajanja in utrjevanja odnosov. Vsak posameznik prinese s seboj svoje lastne izkušnje, ki jih je pridobil v matični družini, partnerskem odnosu in z drugimi življenjskimi izkušnjami. Te izkušnje so lahko dobre, lahko pa so težke in postanejo ovira na poti do usklajevanja. Takrat potrebujemo več časa in pogovorov. Prilagajanje in sodelovanje zato tvorita podlago za dobro sobivanje. Odnos je dvostranska cesta: jaz pridem do pol poti, ti pa iz druge smeri do mene.

Ko se vse stvari uredijo, sledi veseli del – plesni del. Ob veselih zvokih se zavrtimo in to počnemo zelo pogosto. Starejši, ki radi plešejo in to počnejo večkrat, upočasnijo staranje možganov. Pleši, kot da te nihče ne gleda – ta rek poznamo vsi predvsem kot metaforo za način življenja. Nosi pa tudi dobesedni pomen, namreč vseeno je, kako plešemo – tudi narobe je prav! In tega se mi držimo dobesedno.

Nato se krog zaključi, simfonija izzveni. Deli našega življenja se ponavljajo. Vsak od nas piše svojo simfonijo življenja, od prvih korakov po poti domišljije. Z občutkom varnosti, da je nekdo nad nami in nam daje pogum.

V krogu vrtil se življenje, kar pride, nekoč bo odšlo. Minilo srca bo hitenje, vse dobro in tudi slabo. Le sanje se nežno in tiho nekam umikajo ...

Sonja Božič



Slovo in Češka basen

SLOVO

Kje so zdaj te mlade lipe?
Kje je njihova senčica, polna hladu?
Kam so šle čebelice vse nabirat med?
Težki so to spomini na naše lipice.

Prišle so ostre sekire,
zarezale so se v njihovo mlado telo.
Kako je to njih bolelo?
Bolelo je tudi naše srce.

Nič več ne bo sprehoda
po njihovih hladnih senčicah.
Ostal pa je boleč spomin
na nekdanje prelepe dni.

Pavla Prekupec

ČEŠKA BASEN

Najprej nekaj za osvežitev spomina: basen je pravzaprav pravljica, v kateri nastopajo živali s človeškimi lastnostmi. Vsaka basen ima tudi svoj nauk.

Nekega mrzlega zimskega jutra sedi vrabec na veji in od mraza ves drgeta. Kmalu otrpne ter pade na tla. Mimo pride krava in se nanj podela. V toplem blatu pride vrabec hitro k sebi. Začne se kobacati ven, a mu ne uspeva. Zato za pomoč zaprosi mačka, ki je kukal izza drevesa. Maček mu obljubi, da mu ne bo nič naredil. Potegne ga ven in reveža pohrusta.

Nauk je sledeč : Ni vedno vsak tvoj sovražnik, ki te v drek potlači.
In ni vsak tvoj prijatelj, ki te iz dreka potegne.

Drago Malinovsky

SANJE POLETNIH DNI

Odhajaš proti sončnemu zahodu,
le bleda senca si nekje v daljavi,
izginil skupaj boš z večerno zarjo,
stopinje bo prekril ti mrak sanjavi.

Utihnili so črički sredi rose,
'zgubile zvezde so sijaj poletja,
šume gozdovi žalostno v večeru,
umolknila je ptica sredi petja.

Le enkrat še tja pelji me, kjer spijo travniki,
le enkrat še zašepetaj mi nežno na uho,
le enkrat še naslonim naj na ramo ti glavo,
le enkrat še objemi me kot tiste srečne dni.

Noči poletnih sanj so ugasnile,
zamrla pesem je srca brez tebe,
ostala sredi sem dobrane sama,
srce napolnilo je hrepenenje.

Le enkrat še tja pelji me, kjer spijo travniki,
le enkrat še zašepetaj mi nežno na uho,
le enkrat še naslonim naj na ramo ti glavo,
le enkrat še objemi me kot tiste srečne dni.

Ivan Sivec