

## »OBJEMČKI«

Pride dan, ko je človek nekako sam. Včasih se tišina kar sliši. Zunaj je lahko mraz. Ljudje hitijo po svojih opravkih, vedno se nekam mudi. Opravki nas prehitevajo, za besede tudi zmanjkuje časa. Včasih nas beseda osreči in razveseli bolj kot darilo, ki se ponuja. Beseda preveč pa je včasih v redu, včasih je dobro, včasih pa je brez pomena. Takrat pride na vrsto objem. OBJEMČEK.

Za nekoga je lahko objemček za veselje, za nekoga vzglavnik za utrujeno glavo, za nekoga pa samo polepšano jutro. Ne govori, pa se vendar zna pogovarjati, ga ne zebe, pa vendar greje, ni lačen in ne žejen. Je vedno na razpolago. Kot angel. To lepo opiše Tone Pavček, in tako naj bi tudi bilo. Zato je nastal ...

*Idejna zasnova: Maja Čič in gospe, ki delajo ročna dela*



*Objemček: »Za trenutek postoj, da te objamem«*

## Spoštovani!

V pričakovanju praznovanja 35. obletnice razvoja organizirane skrbi za starejše v Občini in prve obletnice vselitve v novozgrajeni objekt, ko smo golim zidovom dodali še vsebino življenja, je v Domu upokojencev Brežice nastajalo tudi glasilo Zakladi družbe, ki je pred vami. Praznovanje je priložnost, da se spomnimo dogodkov razvoja, ki so odločujoče zaznamovali njegovo rast in se z optimizmom zazremo v prihodnost.

Razvojno gledano, 35 letna zgodovina ni dolgo obdobje. Mnogi občani se prav gotovo še spominjate začetkov delovanja in začetne podobe Doma, umeščene v najlepši del kraja.

Spremembe časa in potreb občanov so svoj pečat pustile ne samo na zunanji podobi, ampak tudi na organiziranosti in nenehnemu prilaganju pristopov in strokovnega dela zaposlenih. Veseli me, da smo v letih razvoja uspešno sledili potrebam, povezali generacije in presegli osamljenost tistih, ki imajo zaradi starosti ali bolezni zmanjšane zmožnosti samooskrbe, gibanja ali v socialnih stikih.

Osamljenost je po mnogih nacionalnih raziskavah pogosti tihi spremljevalec starejših. Dom se je vsa leta pravočasno odzival na spremenjene potrebe upravičencev, stroke in zakonodajne podlage. Pomembne dosežke predstavljajo umeščenost Doma v okolje, prostorski ter delovni pogoji, medgeneracijsko sodelovanje in programi za ciljne skupine. Na vseh nivojih smo poimenovali lastne standarde kakovosti, jih dogradili s pričakovanji uporabnikov ter svojcev in z uresničevanjem le teh pridobili naziv »hiša kakovosti« po E-Qalin®.

Dom upokojencev Brežice je kljub zaostrenim družbenim razmeram v zadnjih letih zastavil prelomni mejnik razvoja. Z različnimi subjekti smo povezali izkušnje, potrebe okolja in stroke z zasebnim kapitalom. Z zavidljivimi bivalnimi pogoji, pestro vsebino in novimi programi smo ustvarili dodano vrednost v prizadevanjih za kvalitetno vsestransko oskrbo občanov v tretjem življenjskem obdobju.

V jubilejnem letu so v biltenu Zakladi družbe zbrani utrinki prehojene poti. V njem je zbran le delček doživetij, odsev dogajanja. Dobršen del sreče in stisk, ki jih piše vsakodnevno življenje, pa ostaja zakrit v spominih.

Ob tej priložnosti bi se rada zahvalila vsem, ki ste nas v vseh letih razvoja podpirali in s potrpežljivostjo ter dobrimi idejami stali ob strani.

Hvala slehernemu izmed vas, spoštovani stanovalci, svojci, bivši in aktivni sodelavci, prijatelji in poslovni partnerji za prispevek k dobremu sodelovanju, domačem počutju in lepšemu dnevu, ki ga preživljamo skupaj na poti delovanja in ustvarjanja. Hvala vsem sodelavcem za vsakodnevno potrpežljivo in srčno delo, ki ga opravljate in z njim tlakujete pot nadaljnega razvoja. Le z ustvarjalnim in k osebi naravnanim odnosom nas ne skrbi lastna prihodnost.

Še posebej pa gre zahvala investitorju Prodoma d.o.o. Igorju Zorku, MDDSZEM, mag. Andreju Vizjaku, županu Ivanu Molanu s sodelavci, projektantu Studio 73 in vsem izvajalcem.

Starejši ste vsekakor zaklad družbe, ki mu moramo tudi v prihodnje vsi skupaj in v vseh življenjskih obdobjih, namenjati posebno pozornost.

Čestitke ob našem skupnem dvojnem jubileju!



Andreja Flajs, direktorica

## Spoštovani,

*ob praznovanju 35. obletnice delovanja se spominjamo poti, ki smo jih z roko v roki v sodelovanju z vami prehodili v teh letih.*

*Dom upokojencev Brežice je kot Enota DUO Impoljca pričel z delovanjem 15. junija 1979. Tedanja kapaciteta Doma na Prešernovi cesti 13, v Brežicah, je znašala 106 mest. V letih 1984 in 1988 so bili v dveh delih na novo urejeni mansardni prostori, s čimer je Dom pridobil 16 mest. Najpomembnejši mejnik v razvoju organizirane skrbi za starejše v občini Brežice predstavlja postavitev temeljnega kamna za nov objekt Doma upokojencev Brežice, ki so ga 14. maja 2012 položili tedanji minister za delo, družino in socialne zadeve mag. Andrej Vizjak, župan Občine Brežice Ivan Molan, investitor Igor Zorko, Prodoma d.o.o. in direktorica DUO Impoljca Andreja Flajs.*

*Dejavnost Doma se je 4. novembra 2013 na novo organizirala v najemnem objektu, na Dobovski cesti 8, v Brežicah, s 156 mesti.*

*Enota Dom upokojencev Brežice je danes sodoben dom 4. generacije. Osnovna dejavnost je izvajanje storitev institucionalnega varstva za starejše. V Domu nudimo celodnevno obliko varstva in oskrbe starejših,časne in krizne namestitve ter program Centra dnevnih aktivnosti. Poleg navedenega Dom opravlja tudi tržno dejavnost, kot odziv na potrebe občanov: pripravo obrokov za zunanje uporabnike, storitve Bara Sotočje, prodajo izdelkov, pranje in likanje perila ter drugo.*

*V zadnjem letu uvajamo koncept gospodinjskih skupin, s poudarkom na individualnem pristopu, domačnosti, zasebnosti in toplini.*

*Zavedamo se, da ima vsak posameznik svoj osebni značaj, interese, življenjsko zgodbo, družinske razmere, socialne in zdravstvene potrebe, sposobnosti in želje. Zato so naši programi in koncepti dela usmerjeni v osebne potrebe in participacijo, kar predstavlja osnovo za načrtovanje storitev in notranjo organiziranost.*

*V prihodnje bomo razvijali storitve, ki so glede na povpraševanje aktualne za starejše ljudi, celotna dejavnost bo usmerjena k uporabniku in njegovim potrebam. Pristopili bomo k izvajanju storitev dnevnega varstva in oskrbi starejših v skupnosti ter nadaljevali s širitvijo programov za ciljne skupine. Posebna pozornost bo namenjena utrjevanju socialne mreže, tako v smislu spodbujanja stikov s svojci in bližnjimi, kot tudi sobivanju, prostovoljstvu in medgeneracijskemu povezovanju. Krepili bomo partnerstvo s svojci in sodelovanje z lokalno skupnostjo.*

*Skupaj s sodelavci bomo tudi v prihodnje strokovno, kvalitetno in odgovorno opravljali izvajanje dejavnosti, sledili viziji Doma ter smernicam modela kakovosti E-Qalin, ki nam preko neposredne udeležbe omogoča izboljšave na vseh ključnih področjih delovanja.*

*Vsakemu izmed vas, spoštovani stanovalci, sodelavci, svojci, prostovoljci, predstavniki lokalne skupnosti in občani se iskreno zahvaljujemo za vaš neprecenljiv prispevek, s katerim smo z roko v roki bogatili 35-letno pot Doma upokojencev Brežice.*



*mag. Valentina Vuk, vodja Enote DU Brežice*

## Spoštovani,

skrb za starejše je eden izmed pglavitnih pokazateljev, kako razvita je in h kakšnim vrednotam je naravnana družba. Zavedamo se, kako pomembno je, da ljudem omogočimo dostojanstveno življenje v vseh življenjskih obdobjih, še posebej pa na jesen življenja. Institucionalna skrb za starejše se skozi leta razvija in napreduje, spreminjajo se tudi potrebe in želje starejših. Tako stroka kot družba morajo imeti posluh za želje starejših in jim zagotoviti možnosti za kakovostno življenje na vseh področjih, od dejavnosti do skrbi in nege.

Starejši občani v brežiški občini so naša skupna skrb, kar dokazuje bogata zgodovina Doma upokojencev Brežice, ki je bil ustanovljen pred 35 leti, za gradnjo novega objekta pa so sredstva prispevali tudi občani s samopriskom. Pred letošnjim jubilejem ste stanovalci že v lanskem letu zaživali pod streho novega doma, zgradbe, ki predstavlja t.i. četrto generacijo domov in ki zagotavlja boljše bivalne in delovne pogoje tako stanovalcem kot zaposlenim. Seveda ste predani in usposobljeni zaposleni tisti najpomembnejši dejavnik, ki poleg strokovnega dela ustvarjate vzdušje doma in gradite skupnost s stanovalci. Vesel sem vseh priložnosti za obisk stanovalcev in zaposlenih, ki v svojo sredo redno vabite obiskovalce ob različnih dogodkih, od okroglih jubilejev stanovalcev do tedna odprtih vrat. Za brežiški dom je že od nekdaj značilno, da se povezuje z okoljem in sodeluje z različnimi javnimi zavodi. Verjamem, da bo dom tudi v naslednjih letih sledil potrebam starejših in v sodelovanju z lokalnim okoljem tudi v prihodnje prispeval h kakovostnejšemu življenju starejših v občini.



Ob 35. obletnici Doma upokojencev Brežice iskreno čestitam vodstvu celotnega zavoda DUO Impoljca in vodstvu doma v Brežicah ter stanovalkam in stanovalcem doma. Vsem želim obilo dobrega počutja, medsebojnega razumevanja in uresničevanja zastavljenih ciljev!

Ivan Molan, župan Občine Brežice

## Spoštovani!

Vizija je osnovni temelj podjetja. Predstavlja neke vrste vez med sedanostjo in prihodnostjo ter deluje kot kompas, ki podjetnika vodi do končnega cilja.

Kaj je res prava vizija? Tukaj je odgovor zelo preprost. Ko pridete do videnja, ob katerem vam grede kocine pokonci, zvečer ne morate zaspati ob misli, kako boste to realizirali in zjutraj vstanete ob misli na to vizijo... čez celotni dan z največjim navdušenjem delate korake za realizacijo vizije.

S takšno zanosom sem leta 2007 stopal na pot realizacije projekta Center starejših občanov Brežice, kateri je rasel v moji miselni projekciji že nekaj let.

Seveda samo vizija in dobra volja ni dovolj za realizacijo tako velikega projekta, kot je Dom starejših občanov, temveč je potrebno sodelovanje različnih ljudi, kateri so verjeli moji viziji in moji podjetniški pobudi, saj je bila v določeni fazi » misija nemogoče«. Milka Cizelj, Andreja Flajs, Stanislav Ilc, Andrej Vizjak, Ivan Molan so osebe, ki so dodale svoj kamenček v mozaik imenovan center starejših občanov Brežice in vsak na svojem področju pripomogle s svojo osebnostjo in iskreno željo, da pride do uspešne realizacije projekta.

Dom starejših občanov Brežice ni hladen in brezkompromisen projekt, namenjen samo doseganju poslovnih ciljev ter zadovoljevanju finančnih ciljev podjetja oz. podjetnika z vizijo.

Dom starejših občanov Brežice je veliko več kot samo objekt, je institucija, kjer se največkrat prepletajo čustva, kot so sreča-zadovoljstvo, žalost-trpljenje.

Je institucija, katero gradijo stanovalci in zaposleni, ki so soodvisni v ustvarjanju dobrega vzdušja, pozitivne energije ter zadovoljstva v preživljanju trenutkov, ki zapolnjujejo življenje stanovalcev. Je institucija, kjer se zagotavlja osebno socialno in zdravstveno varstvo starejšim osebam in omogoča dostojno preživljanje obdobja, katero zna biti zahtevno vendar tudi lepo. Tretje življenjsko obdobje je neizbežno tudi moji generaciji, in vizija v prvem stavku, je dejansko vizija v zaključnem delu mojega razmišljanja: »vez med sedanostjo in prihodnostjo je medgeneracijsko sodelovanje za zagotavljanje osebnega, zdravstvenega in socialnega varstva, dosegljivo starejši populaciji, kateri sledimo vsi.«

Objekt je samo predmet za doseganje ciljev, vendar neizbežen za realizacijo teh ciljev. Verjamem, da je prvi del vizije izpolnjen, drugi del pa izpolnjujete Vi, kateri živite in ustvarjate celoto, katera nosi ime DOM STAREJŠIH OBČANOV BREŽICE.

Igor Zorko, direktor Prodoma d.o.o.



## GOSPOD JE MOJA LUČ

*Novi Dom upokojencev Brežice, na Dobovski cesti 8, je zaživel novembra 2013. Kar nekaj dogodkov se je v tem času zvrstilo. Najbolj odmeven je bil prav gotovo obisk našega celjskega škofa dr. Stanislava Lipovška, ki je v sredo, 20. novembra 2013, ob 16. uri med slovesno sveto mašo blagoslovil tako novo kapelico Srca Jezusovega, kakor tudi ves novi objekt. V kapeli se stanovalci vsak dan zbirajo k skupni molitvi, vsak petek pa je v njej ob 16. uri sveta maša. Mašujemo duhovniki Videmske in Leskovške dekanije po vnaprej narjenem razporedu. Stanovalci Doma se radi in pridno udeležujejo skupnih molitev in svetih maš. Poleg materialnih pogojev oskrbe, ki so v novem Domu odlični, ter lepega vzdušja je še kako pomembna tudi duhovna stran človekovega življenja. Človek potrebuje poleg hrane in ustreznih pogojev za bivanje tudi notranjo duhovno luč, ta pa lahko prihaja samo od Boga. Če se namreč naša notranja duhovna luč stemni, kolikšna bo tema ...? Tako nas opozarja Jezus v Svetem pismu. V novem Domu upokojencev Brežice je torej dobro poskrbljeno za duhovno plat človekovega življenja.*

*Zato hvala projektantu, investitorju in graditeljem novega Doma, da so v objekt umestili zelo lepo načrtovan in urejen duhovno-bogoslužni prostor. Vodstvu Doma se zahvaljujem za lepo sodelovanje z našo župnijo, kakor tudi za vsakokratno dober sprejem duhovnikov, kateri prihajajo maševat ali na obiske k stanovalcem po sobah.*

*Starejši človek prav gotovo potrebuje pogovor in zato je vesel vsakega obiska svojih domačih in tudi nas duhovnikov. Vse to delamo za prijetno počutje oskrbovancev. Škof dr. Stanislav Lipovšek je ob blagoslovu kapele v spominsko knjigo med drugim zapisal: »Srečevati se z Bogom, pomeni veselje in upanje, pa tudi živeti preizkušnje.« Direktorica Andreja Flajs pa je med drugim zapisala: »Naj v Domu združuje vse tiste, ki verujejo v smisel življenja, verjamejo v moč ljubezni, razumevanja in spoštovanja.«*

*Milan Kšela, župnik v Brežicah*



# SODELOVANJE OSNOVNIH ŠOL Z DOMOM UPOKOJENCEV BREŽICE

*V začetku leta smo se z vodjo doma gospo Valentino Vuk dogovorili, da bomo sodelovali z Domom upokojencev Brežice. V sodelovanje smo se vključile vse OŠ v občini Brežice, Vrtec Mavrica in Glasbena šola Brežice. Skupna druženja in obiske smo izvajali večkrat mesečno. Stanovalcem doma smo popestrili praznične dni s kulturnimi programi, likovnimi razstavami in drobnimi darilci ter izdelki, katere smo jim podarili. S skupnimi druženji spodbujamo medgeneracijsko sodelovanje in vseživljenjsko učenje. S sodelovanjem želimo nadaljevati tudi v prihodnje.*

*Rozika Vodopivec, vodja Aktiva ravnateljev*



*Nastop učencev Osnovne šole Cerklje ob Krki ob materinskem dnevu*



*Nastop učencev OŠ Maksa Pleteršnika Pišce*



*Dan žena z Osnovno šolo Globoko*



*Eden izmed številnih obiskov otrok iz Vrtca Mavrica Brežice*

## Življenje

»Starejši ko sem, manj se obremenjujem z mnenji drugih. Moje sanje so moje življenje in moje življenje je moja pot do cilja.«

Anonimen



»Dom je tam, kjer je srce«, avtorica Kristina Bevc, predsednica Društva likovnikov Brežice



# NOVE POTI

## VPRAŠALNIK O VSAKODNEVNEM ŽIVLJENJU

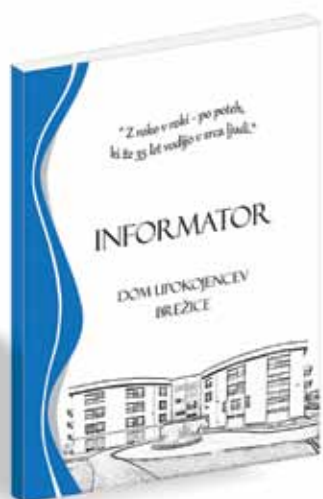
Ker želimo, da bi se stanovalci vse od prvega dne dalje v našem Domu dobro počutili, smo v letošnjem letu uvedli pomembno novost, in sicer vprašalnik o vsakdanjem življenju. Vprašalnik je del priprave tako bodočega stanovalca na sprejem, kot tudi priprave zaposlenih na prihod novega stanovalca. Socialna delavka pred sprejemom vprašalnik izroči bodočim stanovalcem oz. njihovim bližnjim. Le-ti nam z odgovori na vprašanja o navadah pri jedi, oblačenju, o stikih, socialni mreži, preživljanju prostega časa in druga omogočijo, da jih bolje spoznamo. Na podlagi izraženih želja sledimo potrebam in navadam stanovalcev.

*Nataša Lozar Podbregar in Barbara Novšak*

## INFORMATOR DOMA UPOKOJENCEV BREŽICE

V brošuri, katero smo oblikovali v mesecu juniju 2014, najdete prve pomembne informacije o Domu upokoencev Brežice.

Aktualne informacije za svojce in obiskoval-



ce so objavljene na oglasni deski v pritličju pred glavnim vhodom. Aktualna obvestila in dogodke lahko spremljate tudi na naši spletni strani [www.impoljca.si](http://www.impoljca.si).

*mag. Valentina Vuk, vodja Enote*

## KLJUČNA OSEBA

Zavedamo se, da je prihod v dom za marsikoga pomembna prelomnica v življenju, ki s seboj prinaša tudi negotovosti, skrbi, pomisleke ... V želji, da bi stanovalcem čim bolj olajšali prve dni bivanja pri nas, posvečamo veliko pozornost konceptu ključne osebe ob sprejemu. Tako stanovalca sprejme oseba (običajno negovalka oz. gospodinja na enoti), ki prve dni še posebej skrbno spremlja potrebe in želje stanovalca, hkrati pa mu ponudi možnost, da se nanjo kadarkoli obrne.

*Nataša Lozar Podbregar in Barbara Novšak*

## KONGRUENTNA ODNOSNA NEGA

Uvajamo tako imenovani kongruentni odnosni model. Osnovni namen uvedbe kongruentnega negovalnega modela je ustvariti skladnost (kongruenco) v celotni strukturi ustanove, in sicer odnos med osebjem in stanovalci, ter odnos v vodstveni hierarhiji. Dobri profesionalni odnosi med zaposlenimi in stanovalci so nujno potrebni in dobra nega je odvisna od njih. Kongruenten odnos zahteva, da dve osebi raste in zraste skupaj, šele nato spoznamo, kako vidi svet druga oseba. Model temelji na skladnem odnosu, ki je bistven instrument za načrtovanje in izvajanje odnosa med osebjem in stanovalcem. Na podlagi odnosov, ki jih je gradil (oblikoval) od rojstva dalje,

načrtujemo odnos s stanovalcem. Glavni namen tega modela je, vključiti vse v Domu, da smo združeni in usklajeni med sabo in da stanovalci imajo, kar se da udobno, ugodno in prijetno življenje.

*Bojana Podgoršek, vodja ZNO*

## PREDSTAVITEV FIZIOTERAPIJE V NOVEM DOMU

Fizioterapija je zdravljenje bolezni ali poškodb in njihovih posledic s fizikalnimi energijami. Njena naloga je, da izboljšuje in ohranja sklepno in splošno gibljivost, krepi mišično moč, preprečuje kontrakture mišic, povečuje preskrbo s krvjo, zmanjšuje edeme, lajša bolečine in ohranja kakovost življenja.

S preselitvijo v nov dom smo pridobili večji in funkcionalnejši prostor za fizioterapijo, ki je lažje dostopen za stanovalce. Na ta način so se izboljšali prostorski pogoji za fizioterapijo in rehabilitacijo.

Fizioterapija je opremljena s standardnimi aparaturnami (DD, IF, TENS, BIOPTRON, MOTomed –

gibalna terapija, parafinski kotliček, masažni aparat, IR luč ...) in z vsemi bistvenimi pripomočki za kinezioterapijo (švedska lestev, paralelna bradlja, magnetno kolo, TWIST voziček za pomoč pri vstajanju, miza rame-roke, terapevtska postelja, hodulje, blazine, uteži ...).

Mislím, da je naš dom opremljen tako, da s svojim delom in organiziranostjo učinkovito zadovoljuje potrebe in interese na področju fizioterapije in rehabilitacije. Delo se izvaja individualno in skupinsko.

Program rehabilitacije se izvaja v opremljenem prostoru za fizioterapijo, po nadstropjih pa v sobah stanovalcev in v dnevnem prostoru Krka A in B, kjer s skupino 30-35 stanovalcev izvajamo jutranjo telovadbo.

Telovadbo izvajamo od ponedeljka do petka vedno ob deveti uri, da stanovalci na to aktivnost ne pozabijo, oziroma spodbujajo drug drugega. V poletnem času smo naše skupine preselili ven, na zelene površine okrog našega doma. Telovadba je potekala zunaj na svežem zraku, kar pozitivno vpliva na naše aktivnosti.

Gibanje je učinkovita metoda, ki v veliki meri izboljša kakovost življenja in prepreči veliko težav.



*Razgibana jutra v parku s fizioterapevtko*

Aktivno preživljanje starosti lahko izjemno pripomore h kakovosti življenja tako posameznika kot tudi njegovih bližnjih.

Stanovalcem želimo zagotoviti kar najbolj kakovostno, polno in zadovoljno bivanje, zato novo sprejete stanovalce po potrebi opremim z ustreznimi terapevtskimi pripomočki (palice, bergle, hodulje ...) in jih naučim uporabe le-teh. Pripomočki so v pomoč pri ohranjanju ali ponovnem vzpostavljanju izgubljenih sposobnosti, omogočajo samostojnost pri zadovoljevanju osnovnih življenjskih potreb, vključevanju v domsko življenje ter povezovanju z zunanjim okoljem.

Med pripomočke za gibanje uvrščamo tudi invalidski voziček na ročni pogon, katerega zagotovimo stanovalcu, ki ni sposoben samostojne hoje oziroma hoje s pripomočkom.

Pri našem delu so uspehi velikokrat neopazni za druge, za nas pa veliki, ker je že samo vzdrževanje stanja velik uspeh. Delo s starejšimi je požrtovalno, a jaz ga rada opravljam.

*Danica Sakač, fizioterapevtka*

## »MALO SE RAZGIBAM ...«

Na prvem nadstropju so v dnevnem prostoru Krka A in B pri skupni jutranji telovadbi stanovalci povedali svoje mnenje o tem, ZAKAJ SE VSAK DAN UDELEŽIJO SKUPINSKE TELOVADBE.

- Erika Metelko: »Prvič zato, da se malo razgibam, drugič zato, da imam boljšo prebavo, tretjič pa zato, da sem malo med ljudmi.«
- Veronika Kežman: »Z veseljem pridem na skupinsko telovadbo, da se malo razgibam. Zavedam se, da telovadba zelo pomaga mojemu zdravju.«
- Jožefa Krošelj: »Rada grem, po telovadbi se dobro počutim, lažje hodim in boljše spim. Telovadba mi koristi.«
- Barbara Postržin: »Rada telovadim, a po telovadbi se počutim utrujena, ker sem bolna. Rada

telovadim v skupini, ker so vaje vodene, v sobi to ne zmorem. Delam kolikor zmorem, po svojih močeh.«

- Julijana Rožman: »K telovadbi rada prihajam zaradi razgibavanja telesa in duha. Počutim se zelo dobro po končani telovadbi. S telovadbo si krepim življenjske funkcije.«
- Ana Jurkas: »Bila sem nepokretna osem mesecev. Ko je sin prišel na obisk, mi je vedno govoril naj telovadim, telovadim ... Tega sem se držala in še dan danes se držim, da bi čim dlje sama skrbeli zase.«
- Olga Blažinčič: »Rada grem, da razgibam sklepe. Rada telovadim v skupini. Potem lažje hodim.«
- Edvard Tomše: »Jaz hodim, da krepim svoje zdravje kolikor ga lahko. Ugotavljam, da se boljše počutim po telovadbi. Hodim z veseljem in redno.«
- Frančiška Lipičar: »Rada grem na telovadbo, ker me to krepi. Delam kar lahko. Obžalujem, kadar ne morem priti zaradi zdravstvenih težav.«
- Frančiška Ban: »Všeč mi je, hodim z veseljem, da se dobro razgibam. Sama vaje ne bi nikoli izvajala tako kot v skupini.«
- Ana Deržič: »Če ne bi hodila na vaje, ne bi več tako hodila. V skupini se počutim prijetno in sproščeno.«
- Cecilija Heimbring: »Hodim na vaje, da se razgibam, potem lažje hodim. V jutro, ko se vstanem, imam čisto trde noge.«
- Martina Pleteršnik: »Zame je telovadba koristna. Po vajah sem bolj gibčna, imam pa tudi več energije. Če se dobro počutim, grem rada na telovadbo, ker sem po njej boljše volje.«
- Amalija Vogrin: »Da se malo razgibam in prej mi ura prejde. Po telovadbi sem malo bolj gibčna, čeprav sem stara že 94 let.«

• Zofija Kene: »Hodim na telovadbo, zato da si krepim mišice. To mi je najbolj pomembno. Jaz sem med tistimi, ki pogrešajo telovadbo, če je ni. Telovadba je nujna, nujno potrebna. Kdor ne hodi, ta greši. Telovadbe se ne sme ukiniti. Narod mora gibati, to nas gor drži.«

• Frančiška Gerjevič: »Jaz vsak dan telovadim. Že zjutraj na postelji se razgibam, kasneje pa grem še na skupinsko telovadbo. Po telovadbi sem še bolj gibčna. Počutim se sproščeno. Zadovoljna sem, ker še vedno skrbim sama zase.«

• Ivanka Škofljanec: »Telovadbe se udeležujem zaradi lastnega razgibavanja, druženja in razvedrila obenem. Na telovadbo hodim že od samega začetka, že enajst let na ta način ohranjam gibljivost in moč, tako da še vedno hodim v mesto po nakupih.«

• Terezija Bukovec: »Vsakodnevno rada pridem na telovadbo, da se razgibam. Zavedam se, da se moram gibati, da ne obležim v postelji. Veliko hodim tudi po okolici doma.«

• Ana Marija Novoselc: »Na telovadno hodim zato, ker smo potrebni gibanja, saj smo že v letih in nam je to potrebno. Delam kolikor zmorem, saj mi to zelo koristi za zdravje.«

• Alojz Mustar: »Na telovadbo hodim zaradi preprečitve otrdelosti sklepov, da me ne doleti ta otrdelost. S tem se bistri tudi um.«

*Zapisala Danica Sakač, fizioterapevtka*



## TO PA LE ŠE ZMOREM

Verjamem, da ste za delovno terapijo že slišali in da ste si o njej tudi kaj prebrali, kljub temu pa bi želela poudariti pomen delovne terapije in ga predstaviti vsem, s katerimi se srečujem.

Biti kljub fizični in duševni omejitvi čim bolj in čim dlje samostojen, imeti čim bolj kvalitetna in aktivna zlata leta, se urediti, tako kot si celo življenje navajen ..., je le nekaj temeljev, na katerih delovna terapija sloni in deluje. In ob pomoči stanovalcev, sodelavcev in predvsem svojcev te osnove lahko nadgrajujemo, hkrati pa je moja dolžnost, da vse spodbujam k aktivnemu vključevanju. Delam individualno ali skupinsko na treh področjih človekovega delovanja: na skrbi zase pri dnevni aktivnosti, pri delu in pri prostem času.



### *Tombola vedno znova navdušuje*

Stanovalcem z demenco namenjam še več pozornosti, saj se zavedamo, da z njihovim čim večjim sodelovanjem pri vseh aktivnostih, tako individualno kot skupinsko, ohranjamo njihove psihofizične sposobnosti ali celo upočasnimo propad let. Celoten kolektiv se zaveda, da je potrebno vse tiste sposobnosti, ki so stanovalcem še ostale, čim bolj koristno izrabiti. Osnova za delo je individualni načrt.

Kljub obilici dela pa imamo tudi prosti čas. V našem domu poskrbimo za veliko aktivnosti in razvedrila, kamor se lahko pridružijo vsi glede na svoje želje. Veliko sodelujemo tudi z lokalno skupnostjo in se medgeneracijsko družimo, saj nam novi Dom to omogoča. To smo v mesecu okto-

bru tudi potrdili, ko smo zaključili z vseslovenskim projektom Simbioza Giba, kjer je sodelovalo kar 282 udeležencev.

Stalnica so vsakodnevne družabne skupine, torkovi Ugankarji, četrtkov Bralni klub Lastovke s podmladkom Mlade lastovke, pečemo pecivo, veliko prepevamo, imamo zeliščne delavnice, umetnostno terapijo, obiskujejo nas kužki s spremljevalci, pripravljamo in sodelujemo na vseh domskih prireditvah, igramo tombolo, poznani smo po ročnih delih ter prelepah razstavah in še kaj bi se našlo.

Če si vzamete nekaj časa, vas z veseljem povabim medse. Pridite, imeli se bomo lepo in vam še kaj podrobneje razložili.

*Maja Čič, dipl. delovna terapevtka*

## PROJEKT KLEPET OB KAVI

Projekt Klepet ob kavi je zaživel v marcu 2014 kot ena izmed oblik sodelovanja in partnerstva s svojci. Klepet ob kavi in delo s skupinami svojcev temeljita na sproščenem pogovoru s svojci. Skupine svojcev delujejo po enotah Sava, Krka, Šentvid in Gorjanci. Redna srečanja skupin so namenjena informiranju o aktualnih zadevah, podajanju pobud in mnenj, izmenjavi izkušenj, razbremenjevanju in učenju, spodbudi in podpora pri reševanju stisk in pričakovanj, krepitvi in razvijanju odnosov. V okviru srečanj potekajo tudi izobraževanja, te-



*Klepet ob kavi, skupina s svojci enote Sava*

matske delavnice in druge aktivnosti, katere si za temo srečanja izberejo svojci.

Vse zainteresirane svojce vabimo, da se pridružite in sodelujete v eni od skupin svojcev, ki potekajo v okviru projekta Klepet ob kavi.

*mag. Valentina Vuk, vodja Enote*

## PROGRAMI PODPORNIH IZOBRAŽEVANJ ZA OBČANE

V februarju 2014 smo pričeli z izvajanjem brezplačnih podpornih izobraževanj za občane.

Posebno pozornost smo posvetili izobraževanju širšega okolja o demenci in v ta namen pripravili izobraževalni sklop z naslovom »Demenca, naša realnost«. V okviru petih predavanj so o aktualni temi spregovoriliizr. prof. dr. Aleš Kogoj, Rudolf Ladika, dr. med., Tonica Golobič, dipl. med. sestra in Gabi Pirc, dipl. med. sestra. Za občane smo pripravili tudi predavanja o pacientovih pravicah in dolžnostih, o možganski kapi in druga.



*Validacija, Gabi Pirc, dipl. med. sestra*



*Demenca naša realnost,izr. prof. dr. Aleš Kogoj*



*Demenca, Rudolf Ladika, dr. med.*



*Komunikacija, Tonica Golobič, dipl. med. sestra*

Razpored izobraževanj je objavljen na oglasnih deskah in na spletnem naslovu [www.impoljca.si](http://www.impoljca.si).

Vabimo vas, da s svojimi predlogi obogatite vsebino na vseh tistih področjih, kjer vam bodo dodatna znanja omogočala lažje razumevanje.

*mag. Valentina Vuk, vodja Enote*

## RADIO SLAVČEK

»Slavček je bil do konca slab pevec, da so ga ljudje zaničevali in rajši poslušali vrabca nego njega. Ptice so se izkušale, katera zna najlepše peti, in so tako razsodile, da poje najlepše veseli škrjanec, najgrše pa tožni slavček. Ta sodba ubogega slavčka tako užali, da ne more ne jesti ne spati. V tistem kraj prenočé takrat sv. Jožef, Marija in Jezušček. Sv. Jožef in Marija sta spala, Jezuščka pa so od silnega

truda tako bolele noge, da ni mogel zaspati. V temni noči se mu zdi strašno pusto in žalostno. Globoko vzdihne: »Oh, da bi me hotela kratkočasiti vsaj kakšna ptičica s svojim petjem — rad bi prosil zanjo Boga, naj ji podeli najlepši glas med vsemi ptičicami, da bode ž njim razveseljevala sebe in ves svet!« Slavček zasliši Jezuščkove besede in mu začne prepevati. Prepeva mu tako lepo, tako sladko, da Jezušček že skoro zaspi. Sedaj slavček ne žaluje več, veselo poje vso noč o svoji sreči, božji slavi malega Jezuščka in brezkončni časti njegove matere Marije.« (vir: Wikipedija)

Radio Slavček bo v mesecu novembru praznoval 1. rojstni dan, tako kot naš dom. Nastal je čisto spontano. Iz potrebe, ker je takoj, ko smo se preselili v tako veliki hišo, kot je sedaj naša, nastal problem, kako obvestiti vse, kaj se v njej dogaja. In ker imamo v hiši centralni radio, je nastala ideja, da bi ustanovili kar radio. Poimenovali smo ga Slavček, po ptici slavni že iz zgodovine.

Vsak dan povemo, kateri dan v tednu je, datum, kdo goduje in kdo praznuje rojstni dan. Pomembno je tudi, kaj se je na ta dan pomembnega zgodilo skozi čas, preko radia pa vabimo tudi na vse prireditve in aktivnosti. Kadar ni veliko novic, preberemo šalo dneva, s katerimi nas pridno zalaga stanovalec gospod Marijan Arnšek.

- Žena sredi noči preplašena zbudi moža: "Dragi, spodaj v kuhinji je lopov. Torto jé, ki sem jo danes spekla." Mož: "Dobro. Koga naj pokličem, policijo ali rešilca?"

- Mož pride domov iz službe in na mizi najde listek: "Dragi možek. Šla sem v trgovino. Pridem tik-tak domov." Ko se žena vrne iz trgovine po nekaj urah, na mizi najde listek, ki ga je napisal mož: "Draga ženka. Šel sem v bife. Pridem cik-cak domov!"

- Očka sprašuje malega Janezka: "Janezek, ali si kaj moj?" Janezek: "Ne vem, ata, to moraš pa mamu vprašati!"

Radio Slavček ureja in vodi delovna terapevtka ter sodelavke v službi recepcije.

## DEMENCA

### *Kaj je pravzaprav demenca?*

Je skupek simptomov in znakov, ki se ponavljajo pri bolniku in so lahko posledica različnih bolezni. Za demenco so značilne motnje spomina, osiromašeno mišljenje ter prizadetost opravljanja vsakodnevnih dejavnosti. Gre torej za upad prej obstoječih intelektualnih in spominskih sposobnosti.

V Domu za starejše se vsakodnevno srečujemo z osebami z demenco. Zato je zelo pomembno, da poznamo načine, kako z njimi ravnati, jih varovati, kaj z njimi početi, kako jih zaposliti in dati njihovim življenjem še nek smisel. Osebo z demenco moramo obravnavati individualno, delo je potrebno dobro načrtovati in natančno zastaviti, prilagoditi glede na zmožnosti in želje posameznika. Pomembno je, da se vprašamo in ugotovimo, kaj oseba še zmore, in ne, česa več ne zmore! Ugotoviti moramo, kaj lahko mi še storimo, da bi bila kakovost življenja osebe z demenco čim boljša.

Delo z osebami z demenco je zelo zahtevno in specifično, zahteva individualni pristop. Ti ljudje potrebujejo ogromno pozornosti in razumevanja, strokovno voden pristop in topel človeški odnos, ki ga usmerja validacija, to je posebna oblika dela z osebami z demenco. Oseba z demenco potrebuje ogromno naše ljubezni, pozornosti in potrpljenja, saj ji le-ta daje občutek samozavesti in varnosti. Smisel dela je v tem, da oseba z demenco občuti uspešnost, varnost in zaupanje, mi pa zadovoljstvo.

**VALIDACIJA** je najenostavnejša metoda komuniciranja z osebami z demenco. Je oblika komunikacije, ki poskuša vzpostaviti stik z njimi, jih sprejemati ter jim ohranjati njihovo dostojanstvo.

Pomembni dejavniki in vodilo pri validacijski metodi so:

- SPOSOBNOST VŽIVLJANJA
  - ustvarja zaupanje
- ZAUPANJE
  - ustvarja moč

- MOČ
  - vzpostavlja občutek lastne vrednosti
- OBČUTEK LASTNE VARNOSTI
  - zmanjšuje stres, strah, negotovost.

Kaj je validacija?

- Je razvojna teorija za zelo stare, dezorientirane ljudi;
- je metoda za kategorizacijo njihovega vedenja (stadijev);
- je specifična tehnika, ki osebam z demenco pomaga, da z individualno validacijo in validacijskimi skupinami znova pridobijo svoje dostojanstvo.

Prednosti validacije za profesionalne delavce:

- zmanjševanje oziroma odpravljanje frustracij;
- preprečevanje občutka izgorelosti (burn-out sindrom);
- spodbujanje veselja do komuniciranja z oskrbovanci;
- zadovoljstvo do dela se je z validacijo povečalo.

Študije v ZDA so pokazale, da so se v domovih, v katerih je pretežni del zaposlenih obvladal validacijo, spremenile naslednje teze:

- oskrbovance so pogosteje nagovarjali z imenom;
- ton komunikacije je bil mirnejši, potrpežljivejši;
- pogosteje je bil vzpostavljen stik z očmi;
- oskrbovancev so se pogosteje dotikali;
- nemir na oddelkih se je zmanjšal;
- verižnih reakcij skorajda ni bilo;
- uporaba sedativov se je bistveno zmanjšala;
- standardi kakovosti so se, gledano v celoti, povišali.

Da si boste lažje predstavljali, kaj doživlja oseba z močno napredovalo demenco v enem dnevu, sem v svoj prispevek vključila zgodbo gospe Marije, ki opisuje potek njenega življenja skozi dan. Gospa je časovno in krajevno popolnoma neorientirana, skoraj popolnoma slepa, zazna le svetlobo in je veliko let že gibalno omejena na posteljo in je v svojem preprostem življenju kmečke ženske, matere in žene veliko potovala z vlakom iz njene vasi do mesta, kje je na tržnici prodajala domače pridelke iz kmetije.

## VLAK BREZ POSTAJE

Sem Marija. Že dolgo sem tukaj, na tem vlaku ... in čakam. Čakam, da mi že nekdo pomaga dol, da sestopim, na pravi postaji ... toda vsi kar nekaj hitijo ... kot, da me ne slišijo ... ali ne razumejo ... kaj je vendar s temi ljudmi ... Saj ne vem, koliko je ura ... in kateri dan je danes ... pa vendar ... moram domov! Doma me čakajo lačni otroci, da jih nahranim! »Dobro jutro, kako ste spali?« se zasliši od nekod. Potem, dalje, brez da utegnem karkoli odgovoriti: »O, danes smo pa že kar budni!« In preden utegnem vprašati, ali smo že na pravi postaji in že gremo dol, me kar nekaj mokrega oplazi. Po rokah, obrazu, po celem telesu, tudi po intimnem predelu ... Nekaj se trga, verjetno moje hlačke. Potem pa že dobim nekaj suhega, papirnatega in umetnega okoli mojega pasu. Vse se dogaja tako hitro ... vsaj meni se zdi. V usta mi nekdo potisne zobno protezo, vso hladno in z okusom po kalodontu. Še malo z glavnikom čez lase in zopet se peljem dalje, še vedno na istem vlaku ... sama ... nihče pa mi noče pomagati, da sestopim ... Čez kdo ve koliko časa nekdo le pristopi bliže in reče: »Zdaj bova pa jedli, gospa Marija. Odprite usta, čokolino.« »Pa saj ne maram čokolina!« Hočem nekaj povedati, vendar nimam časa, hitro prihaja nova žlica v usta, jaz pa se še vedno peljem, kdo ve kam ... Spet sem sama na tem vlaku, vlaku za domov. Ne pustijo me dol! Nočejo mi pomagati ... Nekdo pride čez uro ali dve, ne vem, koliko časa je minilo ... me obrne, pokrije, zamenja pleničko ... in odide ... čez kdo ve koliko časa, mi ponudijo čaj, v usta mi porinejo nekakšen plastičen kozarček s cevko, in že mi v usta teče nekaj mlačnega in brez okusa. Potem, čez eno uro spet hrana, previjanje, pa malo čaja, morda jogurta ... pa me obrnejo, očistijo ... in tako naprej, verjetno dan za dnem ... jaz pa samo čakam na tem vlaku, da pride moja postaja in da mi nekdo pomaga dol z vlaka, da pridem domov, k svojim otrokom, da jim dam jesti, ker so še tako mali in lačni ... le zakaj mi nihče ne pomaga, ko pa bo moja postaj kmalu mimo?!

To je le droben utrinek tistega, kar doživljam uro za uro, dan za dnem ... in čakam ... čakam ... pogledajte me, sestra! Poslušajte me! Vem, da me

razumete.

Toda kaj, v vaših očeh sem le dementna staraka, ki se oklepa vsake vaše besede, toplega dotika rok ... Hvaležna za vsak vaš trenutek ... Občutim vašo prijaznost, sestra, vendar zame nimate časa ... vlak pa kar drvi ... drvi dalje ... mimo moje postaje ...

Naj zaključim svoj prispevek vsem v razmislek s to lepo mislijo: »Koliko bom živel, je stvar tuje volje, moje pa je, da, dokler živim, živim kot človek!«

Spoštuj načelo: Z VSAKIM ČLOVEKOM DELAJ TAKO, KOT SI ŽELIŠ, DA BI DRUGI RAVNALI S TEBO!

*Ana Volčanjek, dipl. med. sestra*

## ENOTA KRKA C – DRUŽABNA SKUPINA

Preko javnih del delam od 26. februarja letos. Razgovor za zaposlitev smo imeli že 12. februarja in še isti dan popoldne sem izvedela, da sem izbrana za to eno samo delovno mesto. Kako sem bila vesela! Že čez dva dni sem opravila zdravniški pregled. Nato pa se je vse zavleklo ... administracija in formalnosti pač.

No, zdaj sem tukaj že osem mesecev. Čas zelo hitro beži in kmalu bo konec leta. Takrat, 31. decembra poteče tudi moja pogodba o zaposlitvi.

Dom je nov, velik ... toda poznam vse stanovalce, čeprav največ časa delam na enoti Sava, kjer stanujejo tudi stanovalci z demenco.

Na začetku sem imela družabno skupino na enoti Krka C. Zelo lepo smo se družili in ti stanovalci se še danes sestajajo v dnevnem prostoru na kavi.

Že nekaj mesecev imam tudi družabno skupino na enoti Šentvid A in B, katere se udeležujejo tudi stanovalci enote Krka. Povemo si nekaj novic, sicer ugibamo uganke in tudi zapojemo. Po sobah obiskujem tiste stanovalce, ki večino časa preživijo v posteljah. Kako so me veseli, tistih nekaj minut, ko se jim posvetim, samo njim ... Ni ga večjega plačila, kot je videti zadovoljstvo v njihovih očeh. Zahvaljevanju ni konca.

Toda ... še dva meseca, in posloviti se bo treba.



Nekaj misli stanovalcev, zakaj pridejo na skupino.

- Gospa Ana: »Radi se imamo, družimo se, kavi-co popijemo, malo zapojemo, če nam gre.«
- Gospa Zofka: »Najbolj sem srečna, da pijem kavo. Če tega ne bi bilo, ne vem, če bi bila tukaj v domu.«
- Gospa Cecilija: »Najbolj sem srečna, ko se do-bimo na kavi, malo poklepetamo, malo zapojemo, razumemo se in bi želela, da večno ostane tako.«
- Gospod Alojz: »Na druženje pridem najrajši zaradi tega, da vidim, da smo vsi živi in zdravi, da si povemo dogodivščine, premlevamo o raznih prireditvah v domu. Zjutraj preverimo, kako je kdo noč prespal in planiramo, kako bomo preži-veli prosti čas.«
- Gospa Martina: »Želim, da bi se še naprej tako razumeli, da bi še naprej hodili na kavico in še ohranili svoje zdravje kot do sedaj.«
- Gospa Amalija: »Sem najstarejša in sem zelo vesela, da so me ostali sprejeli v svojo družbo.«
- Gospa Frančiška: »S svojo skupino na enoti C 1 sem zelo zadovoljna, boli me pa srce, ko so drugi nevoščljivi, da se mi razumemo in skrbimo za sostanovalce. Želim, da ostane še tako naprej, dokler smo pri močeh.«

*Ivica Černelč Cizel, javna dela*

## PEVSKI ZBOR ŽAREK

Delam kot bolničarka negovalka. Z velikim vese-ljem pa sem tudi zborovodkinja pevskega zbora Žarek. Pri svojem delu v Domu sem se veliko nau-čila in spoznala, kako pomembno je medsebojno zaupanje. To je delo, ki se mu moraš posvetiti z dušo in telesom, potrpeti in ljudi razumeti v celoti.

Pred trinajstimi leti smo v Domu ustanovili pevski zbor Žarek. Na samem začetku nas je bilo sedemnajst, danes enajst. Na pevskih vajah se srečujemo enkrat tedensko. Pojemo ljudske, na-rodne, ponarodele, pa tudi že pozabljene, ki jih odkrijemo in obelodanimo. Petje nam daje moč in spodbudo.

Zelo radi nastopamo na domskih prireditvah in prireditvah na lokalnem področju. Udeleževali smo se pevskih revij socialnih zavodov Slovenije, nastopali na Festivalu za tretje življenjsko obdo-bje v Cankarjevem domu v Ljubljani ...

Pesem je ogledalo človekove duše, je smeh, je solza, je dolga pot, ko se veselje prenaša na druge ljudi in je obenem neprecenljivo plačilo.

*Bojana Šekoranja, zborovodkinja*



*Pevski zbor Žarek (Zdenka Jurkas, Ana Stopar, Ana Marija Novoselc, Ljubica Lipar, Terezija Dececco, Peter Barbič, Julijana Rožman, Mihael Martin Cerjak, Marija Zajc, Edvard Tomše, Ivanka Škofljanec, Marija Bosina, Frančiška Gerjevič, Antonija Molan, Bronislava Orehek in Bojana Šekoranja)*

## NAŠE STOLETNICE ...

Ponosni smo, da so v našem Domu živijo kar tri, kot jim radi rečemo, stoletnice. Pa niso le stoletnice. Dve stanovalki sta namreč stari sto eno leto, najstarejša stanovalka pa sto dve leti.

Stanovalec, ki praznuje visoke življenjske jubileje, kot so sto in več let, v sodelovanju s svojci pripravimo praznovanje. Pogostimo jih s torto, na praznovanje povabimo tudi svojce, prijatelje in predstavnike lokalne skupnosti, kot so predstavniki krajevne skupnosti, predstavniki Rdečega Križa, društev, katerih član je stanovalec ... Na povabilo se vselej z veseljem odzove tudi gospod župan.



*Gospa Marija Gregl iz Orešja, 101 leto*



*Gospa Ana Vogrinc iz Kapel, 102 leti*

Recept za dolgo življenje gospe Ane Vogrinc: »Zmernost pri jedi, pijači in tudi ljubavi. Pa veliko smeha.«



*Gospa Neža Umek iz Piršembrega, 101 leto*

Vsem stoletnicam želimo obilo trdnega zdravja.

*Barbara Novšak*



# PROSTOVOLJSTVO

## SMO PROSTOVOLJCI ...

V šolskem letu 2013/2014 smo dijaki Srednje zdravstvene in kemijske šole Novo mesto, smer zdravstvena nega, obiskovali DU Brežice. V okviru šolanja smo imeli na izbiro interesne dejavnosti. Nekateri smo se odločili za obiskovanje in pomoč stanovalcem DU Brežice. Vsako sredo smo se zbrali v Domu in stanovalcem krajšali čas. Igrali smo se razne igre, brali knjige, se pogovarjali, za stanovalce smo pripravili tudi lutkovno predstavo, včasih jih je sošolec Anže razveselil tudi z igranjem harmonike.



*Lutkovna predstava prostovoljcev iz Srednje zdravstvene in kemijske šole Novo mesto*

V tem času smo se tudi dijaki marsičesa naučili tako o komunikaciji s stanovalci kot tudi o načinu, kako jim priskočiti na pomoč in jim pomagati.

Letošnje leto smo se zopet odločili, da obiščemo naše prijatelje v Domu in se skozi šolsko leto še marsikaj novega tudi naučimo.

*Teja Glojnarič, dijakinja*

## DAN ZA SPREMEMBE Z GIMNAZIJO BREŽICE

V petek, 4. aprila 2014, smo skupaj z dijaki in profesoricama iz Gimnazije Brežice pripravili prostovoljsko akcijo Dan za spremembe, ki že od leta 2010 poteka pod okriljem Slovenske filantropije. Akciji so se pridružili tudi svojci stanovalcev.

Geslo letošnjega Dneva za spremembe je bilo »Ne prepuščajmo se toku, spreminjajmo skupaj«. In res smo s skupnimi močmi spremenili in popeljali dan stanovalcem z najzahtevnejšimi starostnimi in zdravstvenimi težavami. S pomočjo postelj in invalidskih vozičkov smo jih popeljali v prijeten pomladni dan, v katerem smo si od blizu ogledali okolico Doma in klepetali o novostih pri sosedih. Stanovalci in dijaki Gimnazije Brežice so nam zaupali, da je bil to prav poseben dan, ki ga velja ponoviti.

*mag. Valentina Vuk*



*Dan za spremembe z dijaki in profesoricama iz Gimnazije Brežice*

## SEM PROSTOVOLJKA ...

V juliju 2014 sem v Domu upokojencev Brežice začela delati kot prostovoljka. Stanovalce obiskujem na enotah Sava, Krka, Šentvid in Gorjanci, tako v njihovih soba kot tudi v dnevnih prostorih. Po dogovoru z delovno terapevtko Majo spremljam stanovalce, tudi tiste, katere je potrebno peljati z invalidskim vozičkom na teraso in v dnevne prostore, kjer imajo dnevne aktivnosti, družabne igre ... Na željo stanovalcev jih peljem tudi na sprehod v mesto ali po okolici doma. Tiste, ki so zaradi bolezni in starosti večino časa v posteljah, pa obiskujem v njihovih sobah. Pomagam jim pri različnih opravilih, katere sami več ne zmorejo opraviti.

Nekateri stanovalci zelo radi pripovedujejo o svoji preteklosti. Velikokrat se spominjajo težkega in krutega otroštva (spomini na vojno, smrt staršev).

Stanovalcem tudi berem, predvsem iz časopisov. Na ta način dobijo različne informacije o dogajanju v našem okolju. Stvari, ki me pri delu s stanovalci osrečujejo, so topel pogled, lepa beseda, stisk roke, nasmešek na ustnicah, ko stopim v njihove sobe.

Dobila sem občutek, da so naši stanovalci zelo veseli mojega obiska in hkrati pomoči, kadar jih obiščem.

*Marija Novak*

## OBISK OB KRKINEM TEDNU HUMANOSTI IN PROSTOVOLJSTVA

V torek, 8. aprila 2014, so nas prijetno presenetili zaposleni iz novomeškega podjetja Krka. Podjetje Krka je v tednu od 7. do 11. aprila 2014 v okviru Krkinega tedna humanosti in prostovoljstva obiskalo različne organizacije po Sloveniji.

Pod mentorstvom Barbare Lesjak so zaposleni iz podjetja Krka za stanovalce Doma pripravili delavnico kognitivnega treninga z naslovom „Kako ohranjati spomin v dobri kondiciji“ in druge domiselne aktivnosti.

Stanovalcem pa je še posebej ugajalo, da si je vseh deset prostovoljcev vzelo čas in tudi težje pomične stanovalce z invalidskimi vozički popeljal na sprehod v okolico Doma. Sprehodu sta sledila druženje in sproščen pogovor na prijetnem spomladanskem soncu.

Stkalo se je veliko prijateljskih vezi, srečanje pa smo zaključili z dogovorom, da se še oglasijo pri nas kot prostovoljci.

*Maja Čič*



*Druženje ob tednu humanosti s prostovoljci iz podjetja Krka*

# STANOVALCI SO ZAPISALI ...

## PRVO KOLO .....

Svoje prvo kolo sem si kupil leta 1961. Za nakup sem vzel posojilo, za kolo sem moral odšteti kar 28.000 dinarjev. Najpogosteje sem se vozil na relacijah Rogaška Slatina-Sevnica-Zagreb-Krapina. Ni bilo nedelje, da se ne bi odpravil na turo, navadno dolgo okoli 30 kilometrov.



### *Moj jekleni prijatelj*

S kolesom se vozim še danes, vendar ne več tako aktivno. Moja običajna relacija je Brežice-Dobova, kar pomeni 8 kilometrov v eno smer oziroma 16 kilometrov v obe smeri. Lahko rečem, da kolo vozim že več kot petdeset let. Nikoli me ne bolijo noge in nikoli nisem imel nobenih težav.

*Jožef Deržič, st.*

## SPOMLADANSKI SPREHOD

Stanovalci enote Sava smo imeli v torek, 27. maja, v dopoldanskem času prvi spomladanski sprehod. Bil je lep sončen dan, obsijan s prvimi pomladanskimi sončnimi žarki. Spotoma smo nabirali bezgovo, lipovo cvetje, jasmin in divje češnje.

Bezgovo in lipovo cvetje smo dali prvo posušiti, saj smo kasneje iz njega skuhalo pravi zeliščni,

domači čaj. Včasih smo bezgovo cvetje znali tudi »spohati« in ga z velikim veseljem pojesti. Menimo, da sta lipov in bezgov čaj najboljša. Bezeg je zdravilen za hujše prehlade, boleče grlo in za dihalne poti.

Iz nabranega jasmina smo naredili prečudovite šopke, ki so krasili skupni prostor enote Sava in recepcije. Jasmin ne smemo imeti v spalnih prostorih, ker zaradi močnega vonja povzroča glavobol.

V naši mladosti smo nabirali tudi sadje (hruške, breskve), ki smo ga uporabljali za kuhanje domačih kompotov ter ga tudi posušili, predvsem slive in jabolka.

Nabirali smo tudi akacijo in kamilice, ki smo jih uporabljali za kuhanje čajev, saj sta obe zelišči dobri proti prehladu.



*»Za vsako bolezen ena rožica raste.«*

Iz drena smo kuhali »šnopc«, ki se je imenoval »drnulovc«. Pelin smo uporabljali pri velikonočnih dobrotah kot začimbo in za pelinkovec, ki je dober za želodčne težave.

Nabirali smo tudi smrekove vršičke, ki so dobri predvsem za prehlad.

*Članek so napisali: Boža Osojnik iz Bizeljskega, Marija Zorko iz Cerkelj ob Krki, Jože Štefanič iz Dobrave in Alojz Kristanc iz Župelevca.*

## KNJIGA MOJA PRIJATELJICA

Že od nekdaj sem velika ljubiteljica narave, o čemer priča tudi moj osebni podatek - 207 vzponov, katere sem osvojila s pohodništvom na različne vrhove gora in hribov, nekatere med njimi sem obiskala tudi večkrat. Kasneje mi leta in zdravje to niso več dopuščali, zato sem svojo prvo »simpatijo« - pohodništvo, v celoti zamenjala za branje knjig.

Berem že od mladosti, vendar tisti časi niso dopuščali, da bi lahko veliko brala, saj smo kot otroci morali pomagati svojim staršem pri različnih opravilih in delih na polju. Sedaj si svoj prosti čas krajšam z branjem različnih knjig in s poezijo.



*Gospa Zdenki Jurkas podeljuje priznanje mag. Tea Bemkoč, direktorica Knjižnice Brežice*

Predvsem berem knjige z zgodovinsko tematiko in knjige, katere so geografsko postavljene v resnično okolje in čas. Preden se odločim za določeno knjigo (saj mi vsaka knjiga ni všeč) in njeno tematiko, imam navado, da prvo pogledam začetek knjige in nato malo sredine, ampak nikoli konca. Prav tako nikoli ne preberem povzetka knjige

na zadnji platnici. Nimam svojega najljubšega avtorja, vedno mi je pomembna samo tematika knjige. Moja zadnja knjiga, ki sem jo prebrala in uživala ob njej, je knjiga Nejca Zaplotnika z naslovom Pot, kjer je opisano plezanje po stenah in njegova doživetja na teh vzpetinah. Razloga, da sem to knjigo z veseljem prebrala, sta dva. Prvi je, da je pisana po resničnih življenjskih dogodkih in doživljajih. Drugi razlog pa so vnuki, ti so prav tako plezalci in sem se lahko na ta način poistovetila z njimi in njihovo ljubeznijo do tega športa. Obstajajo pa tudi knjige, katere sem večkrat prebrala, med njimi je knjiga od Božidarja Jezernika z naslovom Goli otok.

*Zdenka Jurkas*

## IZLET V STARO MESTNO JEDRO BREŽIC

V sredo, 4. junija 2014, smo se s stanovalci Doma upokoencev Brežice v dopoldanskem času odpravili na ogled starega mestnega jedra Brežic.

Bil je lep sončen dan in s strani stanovalcev poln pričakovanj. Pot nas je popeljala mimo brežiškega gradu do naše prve točke – mestne hiše, kjer smo imeli bogato predstavitev zgodovine Brežic in turističnih znamenitosti. Stanovalci so si lahko ogledali tudi vinoteko in prodajalno s spominki.





## 50 LET ŽIVLJENJA S SLADKORNO BOLEZNIJO

»Ne vem točno, kako bi začela, ampak naj bo. Za bolezen sem izvedela na zelo zanimiv in nepozaben dan v mojem življenju. Ta dan sem praznovala svoj rojstni 35. rojstni dan, katerega praznujem 25. maja. Imela sem zelo nemirno noč, peklo me je v mehurju. Ampak jaz sem imela še toliko za pripraviti za večerno rojstnodnevno praznovanje. Popoldne sem šla k zdravniku na ginekološki pregled, da bi ugotovil, kaj je narobe. Vendar ginekološki pregled ni bil opravljen, kajti zdravnik je takoj posumil na sladkor v krvi. In imel je prav – namerila sva 270 mg/dl, danes je to 15 mmol/l. Takrat bi morala nujno ostati v bolnišnici, ampak jaz nisem mogla ostati, ker mi je doma vzhajal kolač za zabavo.

*Staro mestno jedro Brežic je tudi dopoldan zanimivo in poučno.*

Nato smo pot nadaljevali proti Fakulteti za turizem Brežice, kjer so nam topel sprejem pripravile doc. dr. Maja Turnšek Hančič in sodelavke. Po predstavitvi fakultete smo bili povabljeni še na ogled razstave starih fotografij mestnega jedra Brežic, katerega smo zaključili s sladko pogostitvijo in klepetom z zaposlenimi s fakultete.

Kot so nama zaupali stanovalci, se bodo tega zanimivega izleta še dolgo spominjali, med drugim tudi po tem, da so po več desetletjih ponovno sedli v šolske klopi.

*Lovro Rozman Ravnikar in Karla Rüh Vogrin, študenta Fakultete za turizem Brežice*



*Gospe Ana Marija Novosel in Bronislava Orehek se vračajo s kulturne prireditve v Sevnici*

Po dolgem prepričevanju sem ga uspela prepričati, da mi je dovolil oditi domov pod pogojem stroge diete in ponovnem obisku čez dva dni. Jaz sem se te diete držala in pri naslednjem obisku sva namerila 110 mg/dl, kar je v današnjih merah 6 mmol/l. Predpisal mi je tablete in me napotil domov. Splet družinskih okoliščin mi je stanje zelo poslabšal in tablete mi niso več pomagale. Začela sem prejemati injekcije inzulina, s katerimi živim še danes. Vsakodnevno prejemam odmerke inzulina trikrat na dan. Danes živim kot edina registrirana sladkorna bolnica s petdesetimi leti sladkorne bolezni.

*Ana Marija Novosel*

## NAŠA SI KRKA

*V času moje mladosti  
bila si nam lepotica,  
a danes otožno, boječe  
skrivaš umazana lica.  
Z rahlim šumenjem pozdravljaš  
naravo in naše domove,  
v neurjih, močnejših nalivih  
bolj slišimo tvoje valove.*

*V največji poletni vročini  
poživljaš razgreta telesa,  
zaščitijo te in hladijo  
mogočna zelena drevesa.*

*V zimah si lahna, počasna,  
braniš se skorje ledene,  
a snežna odeja debela  
jo z vodo potihno odžene.*

*Če tvoji valovi bi govorili,  
bi srca spet naša trpela,  
ne sme se več noč ponoviti,  
ki z nami so jo preživela.*

Napisala: Bronislava Orehek



Gospa Bronislava Orehek

## MATERINA LJUBEZEN

*Ko gledam mati tvoj obraz,  
je gube v njem zarisal čas,  
te gube vse so dragocene,  
ker v trpljenju so rojene.*

*Otrok tvoj vedno misli nate,  
čeprav srebri lase ti zlate,  
povzročča težke ti skrbi –  
te dan na dan srce boli.*

*Al' ve, al' sluti, da trpiš  
in da z vsem bitjem zanj živiš,  
da mu pomagaš noč in dan –  
ko zdrav je, kaj še ko bolan.*

*Saj on na svetu ti je vse,  
odpušča tvoje mu srce –  
če tudi je že krvavelo,  
ljubezen vedno je imelo.*



## PETJE, MOJE ŽIVLJENJE - MARIJA NOVAK (MINKA)

Ko sem bila še mlada, sem zelo rada pela v družini in na skupnih druženjih z vaščani. Največkrat pri kakšnem delu na polju, ko smo spravljali travo ali pri ličkanju. Danes pa si zapojem za svojo lastno dušo, kajti pesem me popelje med spomine v stare, vendar lepe čase. Prepevam rada vse pesmi, a največkrat pesmi z domovinsko tematiko.

*Marija Novak – Minka*

### *Poslušajte, vsi ljudje, sveti Jožef v mesto gre*

*Poslušajte, vsi ljudje, sveti Jožef  
v mesto gre.*

*Sveti Jožef in Marija gresta v mesto  
Betlehem.*

*Ko pa v mesto prideta,  
prenočišče iščeta.*

*Oj ti mesto betlehemsko,  
da nas nočeš prenočit.*

*Sveti Jožef govori:*

*»Za večerjo me skrbi.«*

*Pa Marija ga tolaži:*

*»Saj večerje treba ni.«*

*Za ročico jo drži,  
na oslička posadi,  
potlej gresta ven iz mesta,  
ven iz mesta Betlehem.*

*Ko pa iz mesta prideta,  
bajtico zagledata.*

*Tam na gmajn'ci  
v revni štalci  
je rodila Jezusa.*

*Vsi zapojmo iz srca  
v slavo Jezusa Boga,  
da nam Dete betlehemsko,  
blagoslov svoj sveti da.*



*Gospa Marija Novak, pojem iz srca*

### *Sirota jaz okrog blodim*

*Sirota jaz okrog blodim  
ubog cigansk otrok,  
v samoti tihi se solzim,  
kjer čuva me le Bog.*

*Ko sem na vasi se igral,  
nikdo me maral ni,  
nihče mi roke ni podal,  
le vsak me karal je.*

*Vzemite prosim vas med se,  
kako vas rad imam,  
a rekli so mi le smeje,  
cigan naj bode sam.*

*Zato pa pojdem v temni log,  
kjer ptički žvrgole,  
tam pozabi tuge in gorje  
užaljeno srce.*

## USTVARJALKA PO SRCU

Že od malih nog rada delam vezene prtičke, vendar mi takratni časi niso dopuščali pogostega delovanja. Sedaj pa, ko sem stanovalka Doma upokojencev Brežice, redno izdelujem vezene prtičke in si s tem tudi krajšam čas.



*Gospa Olga Blažinčič, darilo za najbližje*

Moje delo poteka po predhodnem narisu motivike na sam prtiček. Glede motivike nisem izbirčna, naredim, kar je dnevu ali letnemu času primerno. Ko izdelek končam, ga nesem v pralnico, kjer ga operejo in zarobijo. Končane izdelke največkrat podarim sorodnikom, malenkost pa sem prispevala tudi samemu Domu upokojencev Brežice.

*Olga Blažinčič*

## »KRAVŽLJANJE« MALIH SIVIH CELIC S KRIŽANKAMI

Svoj prosti čas v Domu najraje preživljam ob križankah, s katerimi sem se prvič srečal po srednji šoli. Začel sem jih reševati. Najprej križanke v časopisih in raznih revijah, nato križanke različnih težavnostnih stopenj in križanke na določeno tematiko. Rad imam tudi nagradne križanke, vendar jih nikoli ne rešim z upanjem, da bi kdajkoli kdaj zadel. Križanke mi prinese moja žena, rešene pa jih prav tako odnese, dam jih namreč za star papir. Povprečno knjigo polno križank rešim v treh dneh. Reševanja se lotim že zjutraj pred zajtrkom. Takrat rešim 2-3 križanke, po zajtrku pa nadaljujem vse do kosila, če ni kakršnihkoli obveznosti. Zelo rad spremljam tudi TV ugankarske oddaje, ki so tekom dneva na programu. Na nacionalni televiziji redno spremljam oddajo gospoda Pavleta Ravnohriba Male sive celice.

*Marijan Arnšek*



*Gospod Marijan Arnšek pri razmišljanju*

## MOJE ŽIVLJENJE V DOMU

Sem stanovalka Doma upokojencev v Brežicah. Podpisana Julijana Rožman, doma iz Bojsnega. Bila sem peti otrok od osmih sester. Šolo sem obiskovala v Globokem. Zaposlena sem bila v gostinstvu. Sem izučena kuharica. Delala sem na motelu na Čatežu. Nato sem odprla gostinski lokal v Pišecah, kjer sem dvaindvajset let delala kot samostojna gostilničarka. Leta 1989 sem bila zaradi bolezni upokojena. Ne bom naštevala zakaj, ker me to preveč žalosti in spominja na neozdravljive bolezni.

V Domu sem četrto leto. Prišla sem aprila 2011. Bila sem nepokretna, na invalidskem vozičku, odvisna od zaposlenih v Domu. Beseda HVALA je premalo, a vendar jo izrekam vsem, ki so mi pomagali pri premagovanju težke bolezni, mi izrekli veliko spodbudnih besed in me tolažili. Zaposleni, hvala vam. Ostanite še najprej tako dobri in tolažljivi. Lepe besede, ki nam jih dajete, pomagajo bolj kot druga zdravniška terapija. Iskreno se zahvaljujem moji sostanovalki Malči Vogrin, ki mi je pomagala in me bodrila v bolezni.

Naj opišem moj prihod v Dom. Ostal mi je v lepem spominu. Ravno v času mojega prihoda v Dom je bila v njem razstava ročnih del, ki so jih izdelovale stanovalkе Doma. Nisem se mogla načuditi izdelkom, ki so bili eden lepši od drugega. Razstavljenih je bilo veliko gobelinov, vezenih prtov, prtičkov, punčk narejenih iz cunj, zajčkov, piščancev, raznih drugih pletenin in še in še. Razstava me je tako navdušila, da sem se že naslednji dan javila pri delovni terapevtki Maji. Prosila sem, ali smem sodelovati pri ročnih delih. Po petdesetih letih sem ponovno prijela za šivanko. Danes delam in ustvarjam razne gobeline iz volne in vezem. To delo mi je v veselje in nikoli nisem utrujena. Dnevno delam štiri ure.

V našem domu je od jutra do večera zelo živahno. Odvijajo se razne dejavnosti, kot so terapevtska gimnastika, delovna terapija, bralne ure, ugankarji, vsakih štirinajst dni potekajo predava-



*Gospa Julijana Rožman pri ustvarjanju*

nja o zeliščih oz. zdravilnih rastlinah. V domu se predstavljajo aktivni kmečkih žena in skupaj z njimi pripravljamo razne dobrote. Sodelujem tudi pri pevskem zboru Žarek, ki ga vodi gospa Bojan Šekoranja. Smo aktiven zbor, vsi člani pojemo z dušo. Naš zbor se je udeležil tekmovanja v Izoli, na katerem so zasedli častno prvo mesto. Obiskujejo nas razna kulturna društva. To so društva iz okoliških krajevnih skupnosti. Predstavljajo se s petjem, recitacijami, plesi ...

*Julijana Rožman*

# MEDGENERACIJSKE AKTIVNOSTI IN SODELOVANJE Z LOKALNO SKUPNOSTJO

## PROGRAM BREZPLAČNIH MEDGENERACIJSKIH AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE

V Domu upokojencev Brežice že vrsto let potekata medgeneracijsko sodelovanje in prostovoljstvo, ki bogatita vsebino dnevnih aktivnosti stanovalcev Doma.

Povezovanje različnih generacij in sodelovanje z vrtci, osnovnimi šolami, srednjimi šolami, fakultetami, društvi, zavodi ter organizacijami iz lokalne skupnosti in širše ponuja vsem generacijam vedno znova priložnost za pozitivne izkušnje na področju medčloveških odnosov in medgeneracijske solidarnosti.

Na podlagi dolgoletne dobre prakse želimo v Domu upokojencev Brežice prispevati k dvigu kvalitete bivanja v lokalni skupnosti, zlasti k aktivnemu in kakovostnemu življenju starejše generacije. V mesecu februarju 2014 smo v pričeli z izvajanjem medgeneracijskih aktivnosti za starejše, ki živijo v naši lokalni skupnosti. Vse aktivnosti so brezplačne in potekajo v prostorih Centra dnevnih aktivnosti v Domu. Mesečni koledar brezplačnih medgeneracijskih aktivnosti za starejše je objavljen na oglasnih deskah in dostopen na spletni strani [www.impoljca.si](http://www.impoljca.si).

Medgeneracijske aktivnosti potekajo od ponedeljka do petka v popoldanskem času, in sicer:

- ob ponedeljkih: Delavnica ljudskega petja z gospodom Francem Kenejem, Umetnostna terapija z gospo Doroteo Pavlovič, Priprava peciva z Društvom kmetič Brežice;
- ob torkih: Zeliščarska delavnica z gospo Veroniko Fabinc, Ročna dela z Društvom upokojencev Brežice;

- ob sredah: Tečaj španščine z gospo Ana Beltrán Porcar iz Mladinskega centra Brežice;
- ob četrtek: Rekreativna dejavnost za starejše;
- ob petkih: Sv. maša.



*Delavnica ljudskega petja z gospodom Francem Kenejem*



*Peka »Sončka« z Društvom kmetič Brežice*



*Tečaj španščine z gospo Ano Beltrán Porcar iz MC Brežice*



*Umetnostna terapija z gospo Doroteo Pavlovič*

Vljudno vas vabimo, da se nam pridružite.

*mag. Valentina Vuk*



*Met na koš, kegljanje, sprehod in skupinska slika po dihalnih vajah.*

## SIMBIOZA GIBA

V tednu med 13. in 17. oktobrom smo se pridružili vseslovenski akciji Simbioza Giba, katere namen je bil spoznavanje različnih športov in sodelovanje med generacijami – od najmlajših do najstarejših.

*Maja Čič*



## ZAKLJUČEK BRALNEGA LETA

V petek, 20. junija 2014, smo v sodelovanju s Knjižnico Brežice uspešno zaključili bralno leto v Domu upokojencev Brežice.

Za stanovalce Doma je že drugo leto potekal Bralni krožek. Ljubitelji lepe besede, ki so si naredi ime Lastovke, so se začeli srečevati v septembru. Po preselitvi v nov dom pa se je oblikovala še ena skupina – Mlade lastovke. Pred odhodom na zaslužene počitnice so zaposleni v Domu, stanovalci in knjižničarka oblikovali svečan zaključek kot povzetek vseh srečanj. Častna gostja je bila direktorica Knjižnice Brežice ga. mag. Tea Bemkoč.



*Zaključna prireditev bralnih skupin Lastovke in Mlade lastovke*

Kot je v uvodnem govoru poudarila vodja Doma ga. mag. Valentina Vuk, srečevanja ob knjigi stanovalcem veliko pomenijo. Člani Lastovk in Mladih lastovk so skozi celo leto ob knjigi oblikovali vsaj 50 srečanj, na katerih so prisluhnili predvsem besedilom slovenskih avtorjev. Ob pesmih, zgodbah in drugih vrstah besedil so spoznavali praznike, osebe, živali in literarne zgodbe. Vsako branje so obogatili še s pogovorom, ki je odkrival poglede poslušalcev na prebrano in spomine, ki so se prebudili ob poslušanju prebranega.

Ves čas pa imajo stanovalci Doma možnost, da naročijo zeleno knjigo, ki jim jo prinesejo iz knjižnice v Dom. Zaključek so stanovalci popestrili s pesmijo in sklenili z željo, da se v septembru znova srečajo.

*Andreja Dvornik, knjižničarka*

## KRAJANI BIZELJSKEGA OBISKALI SOKRAJANE

V četrtek, 10. aprila 2014, nas je obiskal kar cel avtobus predstavnikov društev, ki delujejo v krajevni skupnosti Bizeljsko.

Z bogatim kulturnim programom, ki so ga pripravili učenci OŠ Bizeljsko, so sodelovala dekleta vokalne skupine Osmice pod mentorstvom Vilka Urek. S spremno besedo, ki jo je napisala Breda Kunst, sta program povezovali Rebeka in Sonja.

Vse navzoče so nagovorili vodja Doma mag. Valentina Vuk, predsednik sveta KS Bizeljsko Franc Kelhar, predsednik Društva upokojencev in izgnancev Bizeljsko Rok Kržan in tajnica Pokrajinske zveze društev upokojencev Posavje Marija Krušič.



*Krajani Bizeljskega so se na obisk pripeljali kar z avtobusom*

Sveto mašo je za vse prisotne v kapelici Srca Jezusovega daroval bizeljski župnik Vlado Leskovar. Vse težje pomične stanovalce, ki niso mogli sodelovati, pa so v njihovih sobah obiskale mlade pevke z učiteljem, jim zapele, polepšale dan in pribabile marsikateri spomin na nasmejana lica.

## FOLKLORNO POPOLDNE Z LJUDSKIM PETJEM

V četrtek, 24. aprila 2014, smo uživali ob prepevanju ljudskih pesmi in ogledu spletov plesov, ki so jih pripravili naši gostje.

Prepevale so nam vokalna skupina Iskrice - zbor naših sodelavk in Ljudske pevke iz Žejnega, zaplesali pa so člani folklorne skupine KD Franc Bogovič iz Dobove ter folklorna skupina Duplo iz Pišec. Prav lepo je bilo poslušati ljudsko petje in gledati splete gorenjskih ter štajerskih plesov.



*Vokalna skupina Iskrice z zborovodkinjo gospo Bojano Šekoranja*

Prav je, da se je ljudsko izročilo ohranilo do danes in da se s takim entuzijazmom goji še naprej. Nasmejana lica nastopajočih so širila dobro voljo tudi med nas gledalce, ki smo res uživali.



*Folklorna skupina Duplo iz Pišec*

## OBISK PEVCEV IN GODCEV LJUDSKIH PESMI »STUDENČEK« IZ IVANČNE GORICE

Ponedeljkovo popoldne, 15. septembra 2014, smo popestrili z glasbo.

Obiskali so nas pevci in godci ljudskih pesmi Studenček iz Ivančne Gorice, kateri delujejo v okviru Kulturnega društva Ivančna Gorica.



*Slišali smo, da orodje tudi lepo zveni.*

Ljudska pesem in glas harmonike sta v srca stanovalcev privabila spomine na mladost, ob ubrani pesmi pa se je zarosilo tudi marsikatero oko. Znale pesmi so kar vabile, da zapojemo skupaj z nastopajočimi. Tako se je ljudska pesem razlegala po celem Domu.

*Barbara Novšak*



*Maja Čič*

## OBISK IN DRUŽENJE Z DIJAKI GIMNAZIJE VIČ

V sredo, 1. oktobra 2014, na dan, ko obeležujemo svetovni dan starejših, nas je obiskalo 31 dijakinj in dijakov 2. C oddelka Gimnazije Vič iz Ljubljane, ki so bili v Brežicah in okolici na raziskovalno-delovnem taboru. Oblačno sredino popoldne so izkoristili za druženje s stanovalci našega Doma.



Pripravili so nam kulturni program, prepleten z lepo slovensko pesmijo. V nadaljevanju so se dijaki in njihovi mentorji s stanovalci družili po enotah Doma. Na enoti Sava so prepevali ob kitari, na enoti Šentvid so se pomerili v družabnih igrah, srečo v igri »Bingo« so preizkusili na enoti Gorjanci.

*Barbara Novšak*

## ZELIŠČNA DELAVNICA »MOJE OLJE«

Po poletnih počitnicah so se v torek, 9. septembra 2014, v Domu upokojencev Brežice ponovno pričele zeliščne delavnice, ki jih v okviru brezplačnih medgeneracijskih aktivnosti za starejše vodi in pripravlja gospa Veronika Fabinc.

Od sedaj bo naša koža še bolj nahranjena in mehka. Zakaj? Ker smo po treh mesecih »sončenja« ustekleničili olje za nego kože.

»Moje olje«, kot smo poimenovali šentjanževko in oreh združeno v olivnem olju, smo v torek na zeliščni delavnici dokončno prelili v lepe steklenič-



*Gospa Veronika Fabinc pri prikazu izdelave olja*

ke in jih lično opremili z etiketo, ki sporoča, da je izdelek delo naših pridnih rok.

Že v mesecu juniju smo na zeliščni delavnici narezali še zelene orehe in jih namočili v olivno olje, prav tako smo namočili tudi šentjanževko. Oljni pripravek smo na soncu pustili kar tri mesece, da je vse ustrezno dozorelo in ga bomo lahko sedaj pridno uporabljali za nego naše že kar suhe kože, še posebno bo prijalo koži po kopanju.



*Naš prvi samostojni izdelek iz zakladnice narave*

*Maja Čič*



# NIZ PRIREDITEV OB 35. OBLETNICI DOMA UPOKOJENCEV BREŽICE Z NASLOVOM ZAKLADI DRUŽBE

## ZAPLEŠIMO S PLESNO ŠOLO LUKEC

Dom upokojencev Brežice v letošnjem letu praznuje 35. obletnico, katero smo skozi leto obeležili z nizom prireditev z naslovom »Zakladi družbe«. Na prvi prireditvi, ki smo jo pripravili v petek, 16. maja 2014, smo gostili plesalce Plesne šole Lukec.

Članice mladinske hip hop skupine, step plesalci Brino Lukež in Dano De Costa ter plesalca latinoameriških in standardnih plesov Alexa Prijatelja in Marušo Vidmar so spremljali tudi njihovi mentorji Agata Stane ter Luka in Sebastijan Vodlan.

Verjetno ni potrebno dodati, da smo bili vsi zelo veseli naših gostov, ki so ne le s tehniko, pač pa tudi s svojimi estetsko dovršenimi nastopi polepšali naše praznovanje.



*Mlada plesalca Maruša Vidmar in Alex Prijatelj*



*Hip hop plesalke v elementu*

## GLASBA IZ SRCA

V ponedeljek, 16. junija 2014, smo uspešno izvedli drugo iz niza prireditev z naslovom »Zakladi družbe«, s katerimi skozi leto obeležujemo 35. obletnico delovanja.



*Martina Zorenč s harmoniko*



*Vokalna skupina Iskrice (Simona Tomše, Tatjana Slovenec, Bojana Podgoršek, Jožica Račič, Brigita Dernikovič, Brigita Resnik, Anita Häring in Bojana Šekoranja)*

Lepo je, da se lahko pohvalimo, da je tudi druga prireditev z naslovom »GLASBA IZ SRCA« segla do src vseh, ki smo lahko preživeli popoldan v prijateljni družbi citer, harmonike in ljudskega petja. Praznovanje so nam polepšale citrarke Karin, Živa in Nika iz Citrarskega orkestra Glasbene šole Brežice, harmonikarja Martina Zorenč in Marko Vogrin, ljudske pevke iz Žejnega ter oba domača zbora – pevski zbor Žarek in vokalna skupina Iskrice. Prireditev je prepletla generacije, pesmi "Tri planike" in "V dolini tihi" pa sta nas povezali v velik zbor.

## Z LUTKO V PRAZNOVANJE

Navkljub turobnemu, deževnemu vremenu je bilo sredino popoldne, 10. septembra 2014, v Domu upokojencev Brežice nadvse prijetno in veselo. V okviru tretje iz niza prireditev ob praznovanju naše 35-letnice delovanja, ki smo jih poimenovali »Zakladi družbe«, so nas namreč obiskali člani DKD Svoboda Senovo in se nam predstavili z lutkovno predstavo Lisička išče ženina. Igrive lutke so na obraze občinstva privabile nasmehe in veselje.



*Marko Vogrin s harmoniko*



*Ljudske pevke Žejno*



*Lisička je bila zelo izbirčna nevesta*

## OTVORITEV RAZSTAVE ROČNIH DEL IN TEDNA ODPRTIH VRAT

V torek, 30. septembra 2014, je v Domu upokojencev Brežice potekala otvoritev razstave ročnih del in začetek tedna odprtih vrat. Na razstavi so bila na ogled ročna dela naših stanovalk, ki so jih skozi celo leto pridno pripravljale.

Bogat kulturni program so ustvarili gospa Elizabeta in gospod Dragutin Križanić, domski pevski zbor Žarek, »Kapljice« iz Vrtca Mavrica Brežice, Adrijana Lorber in učenci Osnovne šole Brežice. Prireditev je povezovala gospa Maja Čič, ki je tudi pripravila razstavo.



Vse zbrane so nagovorili župan Občine Brežice gospod Ivan Molan, direktorica DUO Impoljca gospa Andreja Flajs, vodja Enote mag. Valentina Vuk in gospod Rok Kržan.

Z razstavo ročnih del smo obeležiti mednarodni dan starejših in občinski praznik.

Poleg vseh razstavljenih izdelkov so bili rdeča mit letošnje razstave »OBJEMČKI«, ki so nastali s posebnim namenom. Pridite, usedite se v naš počivalnik in preberite zgodbo. Všeč vam bo.



*Utrinka z razstave ročnih del naših stanovalk*

## V DOMU UPOKOJENCEV BREŽICE ZAŽIVEL FESTIVAL ZLATI GLAS POSAVJA

V sredo, 22. oktobra 2014, smo v Domu upokojencev Brežice gostili 1. festival pevskih zborov domov za starejše Zlati glas Posavja 2014. Festivala se je udeležilo skoraj 100 profesionalnih pevcev, ki pojejo v zborih in glasbenih skupinah domov v Posavju in Zasavju.

Z izbranimi pesmimi so se predstavili:

- PEVSKI ZBOR ZLATA JESEN - DOM STAREJŠIH OBČANOV POLDE EBERL JAMSKI IZLAKE,
- PEVSKI ZBOR LIPA - DOM UPOKOJENCEV SEVNICA,
- PEVSKI ZBOR LOŠKI SLAVČKI - TRUBARJEV DOM UPOKOJENCEV LOKA PRI ZIDANEM MOSTU,
- GLASBENA SKUPINA NOHTŠIHT - DOM UPOKOJENCEV FRANC SALAMON TRBOVLJE,
- PEVSKI ZBOR SONČEK - DOM STAREJŠIH OBČANOV KRŠKO,
- PEVSKA SKUPINA ZARJA - DUO IMPOLJCA,
- PEVSKI ZBOR ŽAREK - NAŠ DOM BREŽICE.

V pozdravnih besedah sta vse zbrane nagovorili direktorica DUO Impoljca gospa Andreja Flajs ter vodja Doma upokojencev Brežice mag. Valentina Vuk, ki sta festivalu naproti želeli vse dobro z željo, da postane tradicionalen.

Kljub temu, da festival ni imel tekmovalne note, so se našemu povabilu k sodelovanju v strokovni komisiji odzvali gospod Franc Kene, mentor in



*Gospa Zofija Kene, debitantka pri vodenju programa in gospa Maja Čič*

pevovodja Ljudskih pevcev Globoko, gospod Dragutin Križanič, dolgoletni ravnatelj Glasbene šole Brežice, ter gospod Milan Kšela, duhovnik župnije Brežice in domski dušni pastir. Komisija je bila soglasna: vsi so zmagovalci, ker so peli s srcem in dušo. Program sta, kot se za festivale spodobi, da sta voditelja dva, vodili gospa Zofija Kene in gospa Maja Čič.

Pevci in pevke, zborovodje, spremljevalci in vsi poslušalci so se do poznih večernih ur družili ob dobri hrani in pijači, ki jo je pripravila kuhinja Doma, vse udeležence pa smo obdarili z izdelki, katere so naredile pridne roke stanovalk, ki delajo pod okriljem delovne terapije.

*Maja Čič in Barbara Novšak*



*Zborovodkinja gospa Bojana Šekoranja s člano-  
ma strokovne komisije gospodom Dragutinom  
Križaničem in gospodom Francem Kenejem*



**DOM UPOKOJENCEV BREŽICE**  
1979 - 2014

# STANDARD KAKOVOSTI E-QALIN

## ANALIZA DELA SKUPIN EQ V LETU 2013

V Brežicah sta delovali dve samoocenjevalni skupini. Ocenjevali smo kriterije in kazalnike na petih področjih (podrobnejše so predstavljeni spodaj). Vodje so bili vključeni v skupino za vodstvo, ki se je srečevala na Impoljci.

### KRITERIJI - procesi

Področje	Procesi
Stanovalci	<ul style="list-style-type: none"><li>- Socialni odnosi</li><li>- Kultura komuniciranja</li><li>- Negovalni proces/metodično delo</li><li>- Uporaba pripomočkov in sredstev za delo</li><li>- Spremljanje umirajočih in slovo</li></ul>
Delavci	<ul style="list-style-type: none"><li>- Združljivost družine in poklica</li><li>- Stik z vodstvom</li><li>- Soupravljanje zaposlenih</li><li>- Praktikanti</li><li>- Fizično in psihično zdravje</li></ul>
Vodstvo	<ul style="list-style-type: none"><li>- Strategija ustanove/doma</li><li>- Struktura komuniciranja</li><li>- Načrtovanje in usmerjanje finančnih virov</li><li>- Spremembe/projekti</li><li>- Načrtovanje osebnega razvoja in poklicnega napredovanja</li><li>- Spoštovanje zakonov in pogodb</li><li>- Zgradba in oprema</li></ul>
Okolje	<ul style="list-style-type: none"><li>- Komuniciranje in sodelovanje (partnerji in širša družba)</li><li>- Komuniciranje in sodelovanje (upravni organi/nosilci stroškov)</li></ul>
Učeča se organizacija	<ul style="list-style-type: none"><li>- Učenje iz izkušenj in od drugih</li><li>- Ravnanje z izboljšavami in pritožbami</li><li>- Refleksija in povratna informacija</li></ul>

Postopki ocenjevanja so potekali enako kot v prejšnjem letu (načrt, spremljanje, preverjanje, uvajanje v prakso, izpostavljanje problemov in podajanje predlogov). Skupna povprečna ocena kriterijev za vse tri enote: 10,53/12 (87,78 %); ocena 4,4/5).

## KAZALNIKI

Skupina za vodstvo bi morala po planu oceniti še kazalnike. Pridobiti in zbrati je bilo potrebno podatke za leto 2010, 2011 in 2012. Podatke so pripravile tiste službe, ki jih zbirajo. Kazalniki v preteklem letu niso bili ocenjeni, se pa njihove ciljne in realizirane vrednosti spremljajo vsako leto v letnem poročilu in planu.

Področje	Kazalnik
Stanovalci	- Kakovost spremljanja/komuniciranje/zadovoljstvo s komunikacijo - Kakovost spremljanja/zasebnost/zadovoljstvo z zasebnostjo
Delavci	- Zadovoljstvo zaposlenih/pripadnost zaposlenih/sprejemanje vizije - Zadovoljstvo zaposlenih/razvojne možnosti/zadovoljstvo z možnostjo osebnega in poklicnega razvoja
Vodstvo	- Gospodarnost/material
Družbeni učinek	- Zadovoljstvo/zadovoljstvo drugih udeležencev
Naravnost na prihodnost	- Razvoj/usposabljanje/zadovoljstvo z organiziranimi oblikami usposabljanja - Trajnost/odzivnost doma na družbene spremembe in upravljanje raznolikosti

Po pregledu sem ugotovila, da so skupine za srečanja porabile povprečno manj srečanj od planiranih. Po fazi ocenjevanja je pričela z delom osrednja skupina. Skupino je vodila gospa direktorica, članov je bilo 9, v skupini sta sodelovala tudi predstavnika svojcev (gospa Sonja Mežnarec) in stanovalcev (gospa Bronislava Orehek). Osrednja skupina je obravnavala vse izpostavljene probleme in predloge, ki so jih podale ocenjevalne skupine (zbrani so v skupni brošuri) in izbrala tiste, ki se bodo realizirali. Opredelila je tudi, kdo je zadolžen za posamezne aktivnosti in čas, do katerega se morajo aktivnosti – naloge izpeljati.

Analiza realizacije:

- Skupina je izbrala in predlagala 6 zadolžitev, realiziranih je bilo 5 (83,3 %).

## PREDSTAVITEV ANALIZE ANKET 2013

Ankete so izpolnjevale vse tri skupine: stanovalci, zaposleni in svojci. V anketah smo ocenjevali obstoječe stanje - zadovoljstvo s storitvijo in pomembnost. Pri predstavitvi sem izpostavila le pozitivne in kritične elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je potrebno izboljševati.

**Pri tem je pomembno, da vse tri skupine res aktivno sodelujejo in da jih čim več anketo izpolni, saj lahko le na tak način dobimo rezultate, ki nam pomagajo pri postavljanju ciljev in uvajanju sprememb. Na tak način z roko v roki zagotavljamo boljše in kvalitetnejše pogoje za vaše svojce in naše stanovalce. Tako imamo cilj, da se vključi 45 % stanovalcev, 50 % svojcev in 70 % zaposlenih (povzeto po planih EQ). Cilj smo v vseh letih anketiranja dosegli le na področju stanovalcev. Vsako leto se sicer odzove večje število anketirancev (lani je ankete oddalo 28,44 % svojcev, kar je za 1,73 % manj kot v letu 2012), a še vedno smo daleč od cilja.**

### Rezultati ankete na področju stanovalcev

Izpostavila sem le pozitivne in kritične elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je potrebno izboljševati. Stanovalci so ocenjevali **Standard nege in oskrbe, Komunikacijo, Avtonomijo in Zasebnost.**

Področje	Kritični elementi 2012	Kritični element 2013
Standard nege in oskrbe	Sanitarije v domu Bivalni pogoji	Sanitarije v domu Prehrana
Komunikacija	Posluh osebja za težave	Odziv osebja na kritiko
Zasebnost		Zagotavljanje zasebnosti
Avtonomija		Odločanje o leganju k počitku

Prehrana	Pozitivni elementi 2012	Pozitivni elementi 2013
Standard nege in oskrbe	ZN v domu Čiščenje in vzdrževanje Storitve pralnice Prehrana	Domski zdravnik ZN v domu Storitve pralnice Čiščenje in vzdrževanje Bivalni pogoji
Komunikacija	Odnos osebja	Možnost pogovora z osebjem Odnos osebja Posluh osebja za težave
Avtonomija	Možnost odločanja o vsakdanjiku Odločanje o leganju k počitku Upoštevanje želja pri DA	Upoštevanje želja glede pogostosti nege
Zasebnost	Možnost umika Spoštovanje osebnega dostojanstva Zagotavljanje zasebnosti Odprtost doma za različna prepričanja	Možnost umika



DOM KAKOVOSTI E-QALIN



## Rezultati ankete na področju zaposlenih

Izpostavila sem le pozitivne in kritične elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je potrebno izboljševati. Zaposleni so ocenjevali **Interdisciplinarno sodelovanje, Sprejemanje vizije, Možnost osebnega in poklicnega razvoja, Klima v organizaciji.**

Področje	Kritični element 2012	Kritični elementi 2013
Interdisciplinarno sodelovanje	Sodelovanje v celotnem kolektivu	
Klima v delovni organizaciji	Politika obveščanja	
Možnost osebnega in poklicnega razvoja	Opaženost in cenjenost dela Možnost ohranjanja fizičnega in psihičnega zdravja Načini nagrajevanja	Opaženost in cenjenost dela Možnosti ohranjanja psihičnega in fizičnega zdravja Načini nagrajevanja Zaščitna sredstva in pripomočki za delo

Področje	Pozitivni elementi 2012	Pozitivni elementi 2013
Interdisciplinarno sodelovanje	Sodelovanje v delovni skupini Jasnost in natančnost navodil za delo	Sodelovanje v delovni skupini Sodelovanje v celotnem kolektivu Jasnost in natančnost navodil za delo
Klima v delovni organizaciji	Počutje na delovnem mestu Sprejetost v delovni skupini Sprejemanje idej in predlogov s strani nadrejenih Uporaba osebnega in strokovnega znanja pri delu	Počutje na delovnem mestu Sprejetost v delovni skupini Sprejemanje idej in predlogov s strani nadrejenih Sprejetost v celotnem kolektivu
Možnost osebnega in poklicnega razvoja	Spremljanje dela s strani vodje Zaščitna delovna sredstva in pripomočki Usklajevanje družinskih in službenih obveznosti Pomoč pri delovnih nalogah Fleksibilnost delovnega časa	Spremljanje dela s strani vodje Usklajevanje družinskih in službenih obveznosti
Sprejemanje vizije		Seznanjenost z vizijo

## Rezultati ankete na področju svojcev

Izpostavila sem le pozitivne in kritične elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je potrebno izboljševati. Svojci so ocenjevali **Standard nege in oskrbe, Imidž doma in Vključenost.**

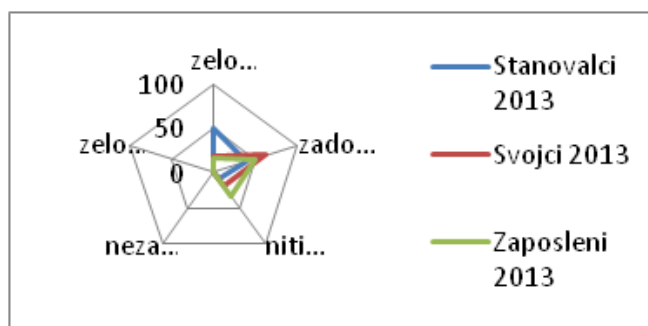
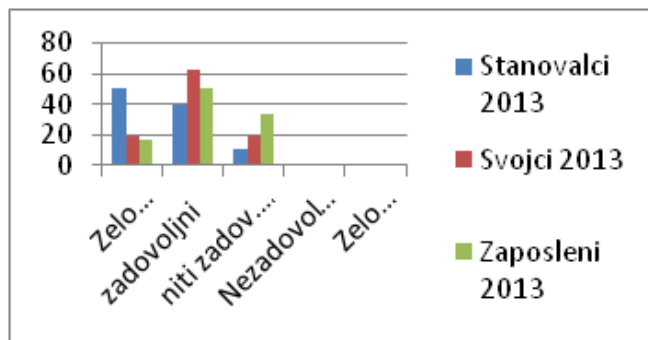
Področje	Kritični element 2012	Kritični elementi 2013
Standard nege in oskrbe	Bivalni pogoji v domu Hrana v domu Odgovori o zdr. stanju stanovalca od doma zdravnika in medicinskih sester	Bivalni pogoji v domu Odgovori o zdr. stanju stanovalca od doma zdravnika in medicinskih sester Hrana v domu
Vključenost	Obveščanje o spr. pri oskrbi Posledice izražene kritike Možnost pogovora z zaposlenimi	Sprotno obveščanje o spremembah zdr. stanja Posledice izražene kritike Obveščanje o spremembi pri oskrbi Sprejemanje kritik s strani zaposlenih
Imidž doma	Zagotavljanje udobja in ugodja stanovalcev	Zagotavljanje udobja in ugodja stanovalcev Zunanji izgled doma Delovna klima med zaposlenimi

Področje	Pozitivni elementi 2012	Pozitivni elementi 2013
Standard nege in oskrbe	Nega in oskrba Odnos in prizadevnost pri sprejemu Prejete inf. pred in ob sprejemu Odgovori o počutju stanovalca od negovalnega osebja	Nega in oskrba Odnos in prizadevnost pri sprejemu Prejete inf. pred in ob sprejemu Odgovori o počutju stanovalca od negovalnega osebja
Vključenost	Posluh osebja za težave Sprotno obveščanje o spremembi zdr. stanja	
Imidž doma	Delovna klima med zaposlenimi Prepoznavnost doma v okolju	

Distribucija ocen zadovoljstva v procentih v :

Brežice:	Zelo zadovoljni	Zadovoljni	Niti zadovolj. niti nezadov.	Nezadovoljni	Zelo nezadovoljni
Stanovalci 2011	49	47	4	0	0
Stanovalci 2012	33	62	5	0	0
Stanovalci 2013	50	40	10	0	0
Zaposleni 2011	5	57	35	3	0
Zaposleni 2012	10	57	33	0	0
Zaposleni 2013	17	50	33	0	0
Svojci 2011	17	76	7	0	0
Svojci 2012	33	63	4	0	0
Svojci 2013	19	63	19	0	0

**Rezultati pokažejo, da je nezadovoljnih ali zelo nezadovoljnih anketirancev zelo malo, kar pa je tudi naš cilj. Prikaz v grafikonih nam to še nazorneje prikaže.**



Tatjana Kolar  
Višja delovna terapevtka - svetovalka  
Procesna vodja EQ

# Zakladi družbe, glasilo Doma upokojencev Brežice

## Izdal

Dom upokojencev in oskrbovancev Impoljca,  
Enota Dom upokojencev Brežice

## Uredniški odbor

Maja Čič, Barbara Novšak, Nataša Lozar Podbregar, mag. Valentina Vuk

## Lektoriranje

Andreja Dvornik

## Fotografije

Arhiv DUO Impoljca, Enota Dom upokojencev Brežice

## Oblikovanje in priprava za tisk

Oglaševalska agencija AleR

## Tisk

GOFAR.si

## Naklada

500 izvodov

Brežice, november 2014

# DOM UPOKOJENCEV IN OSKRBOVANCEV IMPOLJCA

Arto 13, 8290 Sevnica

**Direktorica:** Andreja Flajs  
tel. : (07) 81 61 440  
e-pošta: andreja.flajs@duo-impoljca.si



**DOM UPOKOJENCEV BREŽICE**

## ENOTA DOM UPOKOJENCEV BREŽICE

Dobovska cesta 8, 8250 Brežice

**Recepcija:** tel. : (07) 49 91 701

**Vodja Enote:** mag. Valentina Vuk, tel. : (07) 49 91 702  
**e-pošta:** valentina.vuk@duo-impoljca.si

**Tajništvo, blagajna:** Mojca Lupšina, tel. : (07) 49 91 700

**Socialna služba:** Nataša Lozar Podbregar, tel. : (07) 49 91 710  
e-pošta: natasa.lozar@duo-impoljca.si

**Vodja službe zdravstvene nege in oskrbe:** Bojana Podgoršek, tel. : (07) 49 91 704  
e-pošta: bojana.podgorsek@duo-impoljca.si

**Ambulanta, zdravnik :** Emil Šprajc, dr. med., spec. splošne medicine  
prim. Želimir Skočilič, dr. med. spec. psihiater  
tel. : (07) 49 91 703

Telefon: (07) 49 91 701

Fax: (07) 49 91 711

Elektronska pošta: duo.brezice@duo-impoljca.si

Spletno mesto: <http://www.impoljca.si/brezice/aktualno/obvestila-in-povabila-brezice>