

SVETLOBA



27
NOVEMBER
2015



Dragi bralci Svetlobe

Delamo dobro, lahko še naprej , vendar drugače

Naša sodelavka je v svoji pesmi zapisala: »....prihajajočih let se veselimo, da v slogi in prijateljstvu še naprej živimo..« in nadaljuje »...smo Grmovčani in da takšni bi ostali!« Verjetno je mislila na vso plemenito delo, ki se opravlja, na prijateljstvo, sočutje, empatijo, medsebojno pomoč. Zakaj torej spremembe? Če ne bi bilo razvoja, sprememb, ki temeljijo na novih znanjih, spoznanjih, bi nas kot radi rečemo, povozil čas. Obstali bi. Ljudje bi še vedno umirali za prehladi, gripo, še vedno bi gledali črno-bele televizorje, ipd. Kakor koli spremembe so usmerjene v prihodnost, v boljšo, lepšo prihodnost. **Zakaj torej odnosna nega oziroma kultura usklajenih odnosov? Zato ker delamo slabo, ne! Lahko pa delamo nekoliko drugače!**

Razvoj in skrb za ranljive skupine ljudi (starejši, mladostniki, ljudi s posebnimi potrebami, invalidi), gre v smeri krepitvi njihovega dostojanstva. Poudarjanje človekovih pravic je zelo močna stalnica v zadnjih 10 letih. Nekomu omogočati da ostaja človek je zahteva, poziv vsakemu izmed nas. Zadovoljevanje socialnih potreb ali skrbeti, da vsak človek

doseže tisto stopnjo po Maslowu (samoaktualizacija), je imperativ dela še posebno v socialno varstvenih ustanovah. Pri svojem delu ostajamo nekje na prvi drugi stopnji, to je zadovoljevanje čisto fizioloških potreb (hranjenje, nega, čisto in toplo okolje), zadovoljevanje potreb po varnosti. Za zadovoljevanje potreb po pripadnosti, graditvi socialne mreže, odnosa, ljubezni, spoštovanja, ostajati **in BITI ČLOVEK, KI SE LAHKO SAMOSTOJNO ODLOČA, KI LAHKO SOUSTVARJA POTEK SVOJEGA ŽIVLJENJA, pa nam večkrat zmanjka časa. Tukaj pa lahko še marsikaj postorimo. Koncept kulture usklajenih odnosov nam bo skozi sistem zagotavljal, da bo vsak naš stanovalac imel zagotovljen odnos.**

Živimo v paradoksalnem svetu, po eni strani bogastvo, prestiž, luksuz, po drugi pa velika osamljenost, samota, praznina, ki jo občutimo ljudje. Porast porabe antidepressivov, anksiolitikov je enormen. Kaj to pomeni? Pomeni, da nobeno bogastvo, nobena materialna stvar te ne more narediti zadovoljnega,

srečnega. **Zadovoljstvo, sreča se rojeva v iskrenem odnosu. Duhovni razvoj posameznika se gradi v srečanju z drugim, v odnosu z drugim. Kot človek se samoaktualiziram.**

Pogoj je da si vzamemo ČAS! Danes vsak nekam hiti, hitimo drug mimo drugega, ne vzamemo si časa za graditev odnosov. Na žalost je tako tudi po družinah, v partnerskem odnosu. Živimo skupaj, pa smo osamljeni, čutimo se prazne. Podobno je pri našem delu, hitimo mimo naših stanovalcev, sodelavcev, smo storitveno naravnani. Zmanjkuje pa nam časa za graditev odnosov, ki nas bodo delali zadovoljne, sproščene, srečne.

Veliko izmed vas večkrat pove, koliko ste se naučili od naših stanovalcev. Zase lahko enako trdim. Namreč ob srečanju z njimi, si pri sebi postavljamo eksistencialna vprašanja o svojem življenju, smislu, seveda, če si vzamemo ČAS. Nihče za to ne rabi posebne izobrazbe.

IN ZATO KONGRUDENTNA ODNOSNA NEGA ALI ŠE LEPŠE KULTURA USKLAJENIH ODNOSOV!

Vsi bomo pridobili, v to sem prepričan, pod pogojem, da gremo skupaj, načrtno, ne z figo v žepu v projekt. Skozi sistem bomo zagotavljali kontinuiran odnos do vseh naših stanovalcev in sodelavcev, svojcev, vseh ljudi ki prihajajo v hišo.

Dragi sodelavci ne bojte se sprememb! Naše delo bomo nadgradili, načrtno usmerjali pogled in trud v sočloveka, našega stanovalca, sodelavca, svojca. Ustavljali se bomo ob biografiji naših stanovalcev, da bomo naslednja poglavja v knjigi Življenja pisali skupaj. Ne gremo se nekaj povsem novega, v bistvu oživljamo to, kar je nekaj najbolj naravnega in normalnega. Želimo postati pristni, to kar so znali biti naši predniki. Žal nam je sodobni čas vzel pristnost. Vsi igramo neke vloge v življenju. Pridobimo si pristnost preprostega, ustvarjalnega življenja nazaj in vsem nam bo še lepše.

Tomaž Lenart, direktor



27. številki na pot

Jesen je res nekaj posebnega. Cel svet prične žareti. Zrak je hladen, ampak ne mrzel. Listje na drevesih je čudovito, vse se zdi zelo umirjeno. Padajoči listi skrivajo poti, kar pomeni, da jih ne vidimo. Ko se to zgodi, potrebujemo svež veter, ki nam prežene liste in poti bodo ponovno vidne.

Jesen je druga pomlad, **ker vsak list predstavlja rožo. Prav tako kot listje jeseni dobi novo priložnost, da je lepo, ljudje dobimo drugo priložnost v življenju. Če se v nas poraja občutek, da nam ni uspelo, vedite, da bomo vedno imeli drugo priložnost, tako**

kot listi. Jesen predstavlja zadnji nasmeh v letu, saj je zima lahko zelo mrzla, jesen pa nam podarja še zadnji objem Matere narave. Zgleda, kot da bi se Mati Narava smehljala.

Ob prebiranju Svetlobe Vam želim čim več svežega vetra, zato da bodo Vaše poti vidne. Želim Vam drugo priložnost, tako kot jo imajo listi in želim Vam nasmehov na obrazu, kot darilo Matere narave pred zimskim spanjem.

Andreja Lipar

Ekskluzivno

Nova pridobitev: klet Hofrain



Naša bivalna enota, ki smo ji nadeli ime graščina, je v bistvu Dvorec Grmovje (Hofrain). Nastal je nekje v 16. stoletju. Skozi zgodovino je zamenjal kar nekaj lastnikov:

- 1546 Leysser
- 1624 Hans Pelzhofer
- 1659 rodbina Schweiger
- 1710 J. Gradler pl. Rotenturm
- 1735 Janez Bernard Pilpach
- 1748 Oton Ambrož Fretchner pl. Satzenhal
- 1780 grof Schrottenbach
- 1782 rodbina Jamnik
- 1793 grof Anton Gaisruck
- 1814 Kristijan pl. Leitner
- 1831 A. Jaut0
- 1846 H. Schnitzer pl. Linderstaumm
- 1864 A. Maurer
- 1868 grof Henrik Arko
- 1875 grofica Leonija Sermage
- 1918 Ivan Ježovnik iz Arje vasi



Ježovnikovi so tik pred prvo svetovno vojno kupili posestvo na Grmovju od grofice Leonije Sermage. Ker so med drugo svetovno vojno sodelovali tako z Nemci kot s partizani, je bila vsa ta gosposčina leta 1945 zaplenjena skupaj z ostalo imovino Hansa (Ivana) Ježovnik. Postala je splošna ljudska imovina. Sprva je delovala pod okriljem bolnice za pljučne bolezni, in sicer kot enota dvorca Novo Celje – oddelek za osebe s posebnimi potrebami, v osemdesetih letih pa je postala del DOMA NINE POKORN GRMOVJE.

Dvorec je bil večkrat spremenjen, podrt, dograjen, kakor si je pač takratna gospoda to želela. Stalnica dvorca pa je ostajala – KLET. Namenjena je bila shranjevanju poljskih pridelkov

in verjetno tudi vina. Iz starih slik je namreč razvidno, da se je ob kamnitem portalu na južni strani graščine vejal vinograd oziroma trta. Zgodovinski viri navajajo, da so tamkajšnji gospodje od okoliških kmetov pobirali tudi davščino od vinogradov. Popisane so bile v gorskem vinogradniškem urbarju. Za razliko od danes, ko so vinogradi na tem območju redkejši, jih je bilo nekdanje veliko. Zato je imela gosposčina Celje na graščini Grmovje poseben gorski vinogradniški urad.

Dom Nine Pokorn Grmovje je klet sprva prav tako uporabljal za spravilo poljščin in sadja, saj so zaposleni in stanovalci gojili krompir, zelje (kislo zelje), repo (kisla repa), jabolka... Z modernizacijo, hladilniki, novimi smernicami v kuhinji, smo



PREJ



SEDAJ

poljedelstvo in sadjarstvo pričeli opuščati, klet pa praktično ni bila več v uporabi. Omenja se, da je bila med vojno v Sloveniji določena za zaklonišče v primeru napadov; k sreči jo v te namene nismo nikoli uporabili.

V lanskem letu se je porodila ideja, da bi klet obnovili in s tem pridobili prijeten prostor za druženje stanovalcev, zaposlenih ter okoliških prebivalcev, po drugi strani pa bi s tem rešili propadanje temeljev in vlago v pritličju, ki uničuje bivalne in delovne prostore. Potek prenove grajske kleti je slikovno prikazan, zato opis ni potreben. Klet v nastajanju tega članka še ni popolnoma vseljiva, saj z veseljem pričakujemo še opremo. Kot se spodobi za grajsko klet, bo otvoritev prenovljene kleti na martinovo, 11.11.2015.

Olga Irman Počej



PREJ



SEDAJ

Intervju: BRINA KRAŠOVEC



Že kar nekaj časa mi po hodnikih Grmovja prihaja nasproti prijetna, optimizma polna oseba. To je naša Brina, ki opravlja dela in naloge animatorja.

Brina poznamo te kot prijetno sogovornico, prijazno, nasmejeno in »vedno v akciji«. Toda želimo si vedeti več, zato te prosim če odgovoriš na nekaj naslednjih vprašanj.

Kdo je Brina?

Brina je oseba, ki ima rada ljudi. Sem zemeljsko bitje, rada imam naravo, rada se smejim in nosim sonce ljudem.

Kam in h komu se vračaš vsak dan, ko ura odbije 15.00?

Živim na Vranskem. Imam dve hčerki, Tinko in Ajdo, moža Primoža.

Morda kakšen zanimiv dogodek iz otroštva?

Kot otrok sem rada raziskovala, živeli smo namreč v bloku, na Polzeli. Nekega dne smo se s soslednimi otroki odpravili v gozd in si na drevesu naredili hiško. Doma smo pobrali vse odeje, ki smo jih našli, si postlali in v hiški pili sok in jedli piškote. Bilo je nadvse zanimivo in razburljivo.



Kaj si po poklicu? Te je delovna pot vodila še kam, preden si prišla k nam?

Po poklicu sem vzgojiteljica. Pred mojim prihodom na Grmovje, sem delala v vrtcu. Rada imam otroke, vendar me to delo, ki ga opravljam sedaj, kot animatorka, bolj izpolnjuje, pri delu sem lahko bolj kreativna, kot v vrtcu.

Kako doživljaš delovni utrip in stanovalce našega doma?

Moram povedat, da se vsako jutro z veseljem pripeljem v službo. Stanovalci me že zjutraj sprejmejo s prijaznim pozdravom. Ko odhajam iz službe, sem zadovoljna, če sem tekom dneva komu polepšala dan, ga razveselila, razvedrila ali česa novega naučila. Največja nagrada za moje delo, je zadovoljen in nasmejan stanovalec. Z delom v DNPG sem izredno zadovoljna, vsak dan je zame poseben izziv. Vesela sem, da sem lahko del kolektiva in da so me stanovalci lepo sprejeli medse.

Kako preživljaš prosti čas? Imaš morda kakšen hobi?

Moj prosti čas zapolnim z igro z mojima hčerkama. Doma veliko časa preživimo skupaj. Družina mi veliko pomeni, skupaj pečemo,

pospravljamo, se igramo, prepevamo, igramo. Rada imam poezijo, pišem pesmi, berem, se ukvarjam z gledališčem. Z mozem pleševa v plesni šoli v Celju. V poletnih mesecih doma rada vrtnarim, skrbim za rože in rada tečem ter kolesarim.

Kako pa je kaj z »modo in tabo?«

Rada imam nakit, rute in šale. Tudi kar precej čevljev imam v svoji omari. Rada sem urejena, vendar ne maram hoditi po trgovinah. Imam sestro, ki se malo bolj spozna na modo kot jaz in mi z veseljem svetuje, kaj in kako skombinirati in se urediti.

Če bi zadela »Jack pot?????«

Če bi zadela Jack pot, bi en del denarja porabila za svoje osebne želje, ostalo bi pa podarila za otroke na Madagaskarju. Moja skrita želja je, da bi enkrat odšla na Madagaskar in med mojim popotovanjem obiskala tudi zavetišče pri patru Pedru Opeki.

Andreja Lipar

Dogodki tako in drugače

Potep po živalskem vrtu



Živalski vrt smo obiskali na topel spomladanski dan v mesecu maju. Pobudo za ogled je izrazil Tepeš Avgust, kateremu sem kot njegova ključna oseba že dlje časa obljubljala, da bova željo realizirala.

Interes stanovalcev je bil precejšen, tako, da smo se na izlet odpeljali s kombijem in osebnim avtomobilom. Bili smo prijetna skupina, ki je v nekaj uricah sprehoda po živalskem vrtu zelo intenzivno doživljala njegove »prebivalce«. Težko bi s spremljevalko Brino ocenili pri kateri kletki smo se zadržali najdlje... Vsak pri svoji, zato smo tudi domov odhajali vsak z različnimi vtisi o najljubših živalih.

Sicer je bil dan precej vroč, zato se

je kar nekaj živali skrilo v hladnejše zavetje. Ob pogledu na žirafe, igrive opice, noje, smo se prisrčno nasmejali. Kar nekoliko pa smo se odmaknili od kletk, v katerih so bivali levi, medvedi in leopard... Precej sta nas presenetila slona, saj sta bila v vsej svoji veličini skoraj zastrašujoča.

Vsekakor se nam je že po kar malo utrujajoči hoji zelo prilegla malica, ki so jo za nas pripravili naši prijazni kuharji. Na poti domov smo bili vsi zadovoljni, le Avgust je še dejal, da bi si želel ogledati še živalski vrt v Zagrebu, ki je menda lepši in večji.

Morda pa se kdaj uresniči tudi to.

Jelka Weber

Pevski zbor v Mozirskem gaju



V našem domu deluje pevski zbor stanovalcev, ki šteje 10 pevcev. Skozi leto pridno vadimo in nastopamo na domskih prireditvah. Za nagrado smo letos v mesecu maju odšli na izlet v Mozirski gaj, kjer smo občudovali cvetlične grede in različne skulpture iz naravnih materialov. Vreme je bilo sončno in toplo, zato smo si privoščili tudi sladoled, ki nam je vsem slastno teknil. Na poti nazaj proti domu, smo se ustavili še v gostilni Hartl, katere lastnica ja mama našega stanovalca Marka. Markova mama nas je prijazno povabila na kavo in seveda smo se z veseljem odzvali in ji v zahvalo tudi zapeli.

»Preživeli smo prijeten dan v naravi, s pesmijo obdani.«

Brina Krašovec

» Na izletu mi je bilo lepo. Najbolj mi je bil všeč sladoled, ki nam ga je podarila Brina ter njena razlaga, da je narava živa in da je ne smemo uničevati. «

Darja Spruk

» Bilo je lepo, lepa razstava rož. Moja mama nas je povabila na kavo. Bila je zelo vesela, ko smo ji v gostilni zapeli pesem Moje dekle je še mlado.«

Marko Beškovnik

Izlet na Šmartinsko jezero



Sonce, dobro vzdušje in pričakovanja. Tako bi lahko opisal začetek dneva, ki je bil za stanovalce varovanega oddelka poseben. Zakaj? Zato, ker smo se odpravili na izlet do Šmartinskega jezera, ki je ponujalo mirno okolje, neposredno bližino vode in sonce, ki nas je obsijalo že ob prihodu. Sprejel nas je prijazen gostinec, ki je bil pripravljen pomagati na vsakem koraku. Usedli smo se na ladjico, ki nam je res dala tisti poseben občutek. Nekateri so samo počivali, drugi smo se sprehodili po brežini, tretji pa so opazovali naravo. Vsem je bilo skupno prijetno druženje in mirnost v naravi, ki jo naši stanovalci tako potrebujejo in cenijo. Dan je prehitro minil in že smo se vračali nazaj proti domu.

David Lah

Misli stanovalcev:

»Šetali smo po griču i jeli, bilo mi je vrede i ljepo«

Augustinovič I.

»Bilo mi je všeč, vreme nam je šlo na roko, malo smo se sprehodili okoli jezera...«

Bačič V.

»Gledal sem labode in race. Bilo je lepo vreme.«

Tomkiewich M.

»Vse je bilo vrede, škoda, da ladjica takrat ni obratovala.«

Marin M.

Dan odprtih vrat DNPG – maj 2015



V Domu Nine Pokorn Grmovje že nekaj let vzdržujemo tradicijo dobre prepoznavnosti v okolju. Letošnje leto smo dogodek DAN ODPRTIH VRAT DNPG pripravili dne 21. 5. 2015 in v organizacijo povabili večidel služb, ki sestavljajo organizacijski »ustroj« našega Doma. Tako smo se aktivno vključili v vseslovenski projekt Teden vseživljenjskega učenja in povezovalni kulturni projekt Gališki dnevi.

Zunanjim gostom in svojcem stanovalcev smo se predstavili s kratkim kulturno-družabnim dogodkom, kjer so se stanovalci, ob sodelovanju zaposlenih, predstavili s petjem in recitali. Dogajanje smo obeležili tudi z intelektualnim pridihom in gostom ponudili predavanje na temo medosebnih odnosov in vrednot, ki ga je izvedla strokovna vodja, ga. Nevenka

Janež, univ. dipl. psih. Po kosilu je bila obiskovalcem in stanovalcem na voljo tudi okrogla miza na temo osebnega načrtovanja, ki sta jo pripravili in izvedli ga. Jelka Weber in ga. Petra Demšer.

Zelo radi se predstavimo tudi s čudovitimi kreacijami izpod rok naših stanovalcev; nastajajo v okviru delovno-terapevtske obravnave in dela v kreativni delavnici. Zaradi tega smo z veseljem uredili razstavno stojnico kreacij, kjer je bila možnost nakupa le-teh.

Dogodek in skupno druženje smo zaključili z ogledom našega Doma in izvrstno kulinarično ponudbo, klepetom in medsebojnim druženjem, saj nam je v družbi naših gostov vselej zelo prijetno.

Nevenka Janež,
strokovna vodja DNPG

Pozdrav poletju



Poletje najtoplejši letni čas. Čas, ko se eno obdobje zaključí (konec vrtcev, šol), pride obdobje dopusta, oddiha, zabave in sprostitve. Vsak si mora vzeti čas zase, za svoje bližnje ter si napolniti baterije za nov začetek. S tem namenom smo tudi mi pričeli »Pozdrav poletju«. Dan se je pričel letnemu času primerno, s soncem in toplimi temperaturami. Ker je narava za vse čudovito poskrbela smo

pričeli že z zajtrkom na prostem. Privoščili smo si sadna nabadala in mlečne rogljičke. Po zajtrku smo se pozabavali z vodnimi in drugimi družabnimi igrami. Da je bila zabava na višku je za glasbo poskrbel naš domski Radio Sonček. Ob dobrih in veselih ritmih smo tudi zaplesali in tako preživeli prijetno dopoldne.

Maja Ljubek

Uspelo nam je!



Najverjetneje se boste spraševali čemu tak naslov. Ja veste to je pa tako....ha, ha, ha,....

Tako se pripoved običajno začne in tudi tale moja ima nek začetek. Trudili smo se z organizacijo izleta gibalno oviranih stanovalcev. Datum, kraj dogajanja, prevoz, vse je bilo že dogovorjeno a nam je enkrat zagodlo vreme, drugič prevoza ni bilo na določen termin in ne vem kaj še vse. Očitno nam obisk živalskega vrta Sikaluzoo v Radencih ni bil namenjen. Zato smo se 24.6. 2015 kar na hitro odločili, da krenemo proti nam vsem poznanemu kraju – Velenju z okolico.

Kljub dežju prejšnje dni in mokrim potem je bil ta dan kot nalašč lepo obsijan z soncem in našo dobro voljo. Velenjsko jezero je jezero kjer sprostiš oči in duha. Nadihaš se svežega zraka, občuduješ

labodjo družino in račke, prelepo naravo, ki ti na obrazu pušča nasmešek.

Bilo nas je veliko – spremljevalcev in stanovalcev, saj slednji potrebujejo močno podporo, da lahko doživijo lepoto narave in okolice. Sladkih in slanih prigrizkov ter pijače in sadja nam ni manjkalo tako da smo na terasi gostišča blizu jezera ne samo uživali ob pogledu ampak tudi zaradi zaužitja vseh dobrot. Dobre volje smo se vrnili domov, kjer nas je pričakalo kosilo. Obljubili smo si, da naslednje leto ponovimo izlet in kdo ve morda pa nam bo takrat namenjen ogled Radencev z okolico.

Andreja Lipar

In kako smo na morju letovali letos



Vedno je za stanovalce težko pričakovan dan, ko se odpeljemo proti morju. Predhodno je čutili veliko vznemirjenja, skrbi, veselja. Denar in vsa potrebna oblačila ter obuvala so si stanovalci s pomočjo zaposlenih pripravljali že kar dva meseca pred odhodom...

To leto nas je bilo res veliko. Prijetno vzdušje na avtobusu je botrovalo, da nam je čas do letovišča v Umagu minil zelo hitro.

Sprejem izredno prijaznega oskrbnika nam je takoj izboljšal

vtis, ki smo ga dobili ob prvem pogledu na stavbo. In resnično drži rek, da toplino in prijetnost dajejo ljudje in nikakor stavbe in materialne dobrine. Kot vedno do sedaj smo se najprej razvrščali, nameščali v sobe, nato pa že kar lačni čakali na kosilo. Dnevi, preživeti ob kopanju, igranju družabnih iger, petju, plesu in izdelovanju izdelkov pod vodstvom Alenke in Brine so kar prehitro minili.

V spominu nam bodo ostali lepi sprehodi po tržnici Umaga, kupili smo razne spominke, darila za prijatelje in seveda tudi – zase.

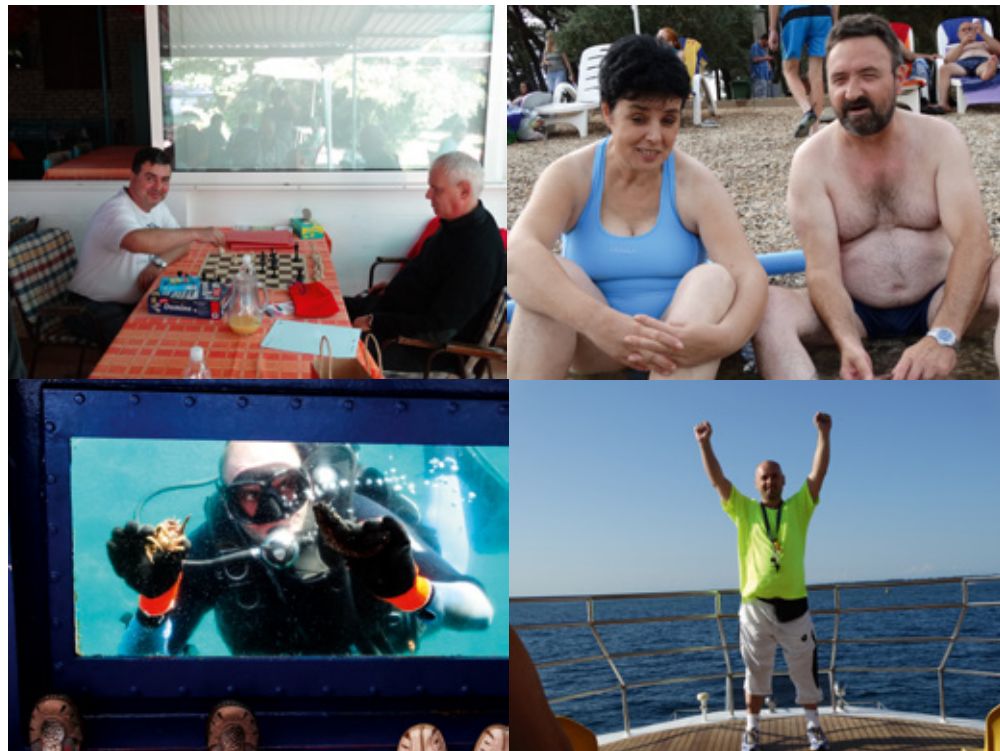
Lepo je bilo večkrat iti na kavo in ob tem opazovati dogajanja na morju, se morda pogovarjati z zaposlenimi...Ja, res sprostitevno, dopustniško. Morja pa vsekakor ni, če ni na dan vsaj enega sladoleda, zato smo radi skočili tudi v bližnjo slaščičarno.

Nikakor pa ne morem mimo dogodka, ki je letošnje dopustovanje zelo zaznamoval s posebno težo in bolečino .

Sedaj, ko zaobjemamo dogodke in vtise, pa smo si vsi enotni v tem, da je bilo v letovanju vpetih toliko prijetnih, zabavnih trenutkov, da tudi tiste težke potiskamo stran. Branko, veseli smo, da si tu...

Veselimo se že naslednjega letovanja...

Jelka Weber





Na enega izmed zadnjih poletnih dni v letošnjem letu, ki se je že prevešal v prihajajočo jesen smo se odločili, da našim stanovalcem omogočimo kosilo na prostem in jim malo spremenimo vsakdanjo rutino. Naša vsestranska animatorka Brina in naš šef kuhinje, mojster Branko sta se odločila, da bosta s skupnimi močmi in pomočjo ostalih zaposlenih organizirala golažijado.

In res, že zjutraj je zadišalo po praženi čebuli. Mize so se postavljale in okrasile z jesensko dekoracijo, pripravljali so se pripomočki za športne aktivnosti, imeli smo pripravljeno celo prikolico koruze.

Počasi so začeli prihajati stanovalci. Najprej smo se lotili ličkanja koruze, drugi pa luščenja koruze. Imeli smo tudi velike buče, ki jih je bilo treba sprazniti in lepo izrezljati. Nekateri so zelo



presenetili z ročnimi spretnostmi in so tudi povedali, da se to pred mnogo leti počeli že doma. Dela je bilo precej, še bolj pa je bilo zabavno. Pridružil se je tudi veliko zaposlenih, ki so priskočili na pomoč...

Vmes je naša animatorka poskrbela tudi za igre. Odvijalo se je rusko kegljanje, metanje obročkov. Najbolj zabavno pa je bilo grizenje obešenega jabolka brez uporabe rok. Tu smo se res nasmejali.

Ves čas nas je spremljala dobra glasba, zato se je tudi kdo opogumil in zaplesal.

Ko smo z vsemi aktivnostmi končali, je že dišal golaž. Stanovalci so se lačni posedli za mize in nestrpno čakali, da dobijo hrano. Vsi so zelo pohvalili našega glavnega kuharja za odličen golaž, poleg tega pa so bili postreženi še s sladico.

Dopoldne je bilo zelo prijetno in minilo je čisto prehitro. Vsi bi si želeli kaj podobnega čim prej ponoviti. Najlepše pa je bilo videti zadovoljne stanovalce, ki so kar željni novih dogodkov in drugače preživetega dne.

Ana Marija Kruder,
pripravnica socialna delavka

Rudi Ratej: »Ker smo doma imeli kmetijo, smo ličkali koruzo vsako leto, delali na polju, travniku, vinogradu. Na golažijadi je bilo fajn, ker me je to spominjalo na domače dni. Tudi golaž je bil dober. To je boljše kot vsak dan, ker smo jedli zunaj. Udeležil sem se tudi ruskega kegljanja. Najraje pa sem vezal koruzo, kljub manjši bolečini v roki, ampak sem vseeno vztrajal. Komaj čakam, da bo kosanjev piknik.«

Ana Tihelj: »Ličkala sem koruzo, jo trgala. To sem že počela včasih doma, pri sosedih. Metala sem obročke. Brina je vse dobro pripravila. Tudi golaž smo kuhali, je bil dober. Bilo je fajn, večkrat bi morali takole zunaj jesti.«

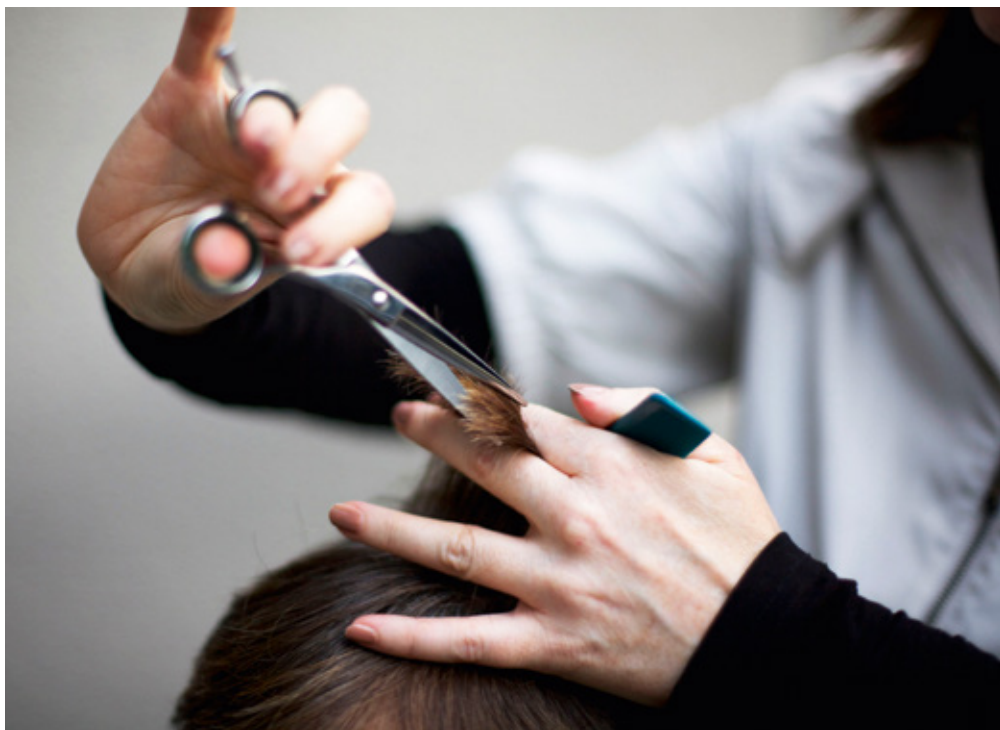
Milutin Stanišič: »Jaz sem bil zelo zadovoljen s prireditvijo, z razporeditvijo aktivnosti. Sam sem sodeloval pri luščenju koruze. Bilo mi je zelo všeč, vendar sem dobil manjši žulj na roki. Ko so bile te fizične aktivnosti zaključene, smo bili povabljeni za mize, kjer smo dobili lepinjo, golaž in tortico. Golaž je bil enkraten, ker je bilo meso zelo kvalitetno. Mislim, da je to dobro, da

bi bilo vsaj enkrat letno golažijada. Bil sem dobrega doživljanja vsega skupaj in samo trajanje ni bilo predolgo. V redu je bilo, da nismo bili v zaprtih prostorih. To bi bilo z moje strani vse.«

Darko Kralj: »Ličkal sem koruzo in jo luščil. Bil sem vesel, zadovoljen. To sem že počel pred 30 leti, ko je mama še imela polje v Radljah ob Dravi. Pri igrah sem grizel jabolko. Tudi na rusko kegljanje sem šel in mi je dobro šlo, čeprav nisem bil prvi. Golaž je bil dober. Bilo je dobro, dobra glasba, sončno vreme, ta dogodek bi moral biti večkrat. Organizacija in postrežba je bila super. Bilo mi je zelo všeč, da smo jedli zunaj. Lahko bi še jeseni naredili kosanjev piknik.«

Mojca Dolinšek: »Dan se je začel s hladnim jutrom, vendar je k sreči sonce posijalo s toplimi žarki in nas ogrelo. Imeli smo golažijado. Ta dan, ko se je kuhal golaž v kotlu, smo skupaj s stanovalci odšli na igrišče, kjer smo z veseljem pričeli tudi že s skoraj pozabljenim starim kmečkim običajem, na katerem smo ličkali, luščili in vezali koruzo. Naši stanovalci so se ob delu spominjali tudi svoje mladosti. Poleg tega smo imeli še razne igre: čiščenje buč golic, podiranje kegljev in igra z jabolko. Bilo je zabavno. Po vsem tem so bili naši trebuščki že lačni. K sreči nas je naš kuhar Branko s svojimi pomočniki pričakal z dobrim golažom. Vsi smo jedli zunaj ob dobri glasbi. Bilo je prav prijetno, saj je bilo na licih stanovalcev zaznati zadovoljstvo, ker so naredili nekaj koristnega.«

Obisk frizerske šole v Celju



V začetku jeseni, ko so dijaki Srednje frizerske šole v Celju, po dolgih poletnih počitnicah, spet sedli v šolske klopi, smo se odzvali njihovem povabilu in se s stanovalci odpravili na obisk. Sprejeli so nas v učilnicah za praktični pouk, kjer se urijo bodoči manikerji in vizažisti. Naši stanovalci so za eno dopoldne postali modni modeli za oblikovanje pričeske. Dijaki, učeči se frizerji in frizerke, so se najprej z našimi stanovalci

dogovorili glede želja o pričeski, potem pa se je začelo pranje las, striženje in friziranje. Na koncu so bili vsi z novimi pričeskami zadovoljni in nasmejani. Dijaki pa so svoje prestrašene in negotove poglede zamenjali z veseljem in ponosom, saj jih je mentorica dobro ocenila. Ob slovesu smo prejeli povabilo k sodelovanju tudi v naslednjem letu in se z novimi frizurami odpravili proti domu.

Brina Krašovec

Obisk kmetije



Pa je tukaj – dan, ko smo z velikim pričakovanjem čakali, da smo se izpred doma odpeljali k Mileni domov. Tam nas je prijetno ogrelo sonce, še bolj pa nas je ogrel topel sprejem Milene in njenih domačih. Malo smo poklepetali o tem kaj vse se je že novega zgodilo, zatem pa smo se lotili trgiranja koruze in čas je hitro mineval. Marsikoga od stanovalcev je delo spominjalo na preteklost, ko so tudi doma na podeželju morali delati. Med delom smo prijetno kramljali in na koncu dela nas je čakala še okusna pogostitev. Za vsakega od nas se je kaj našlo. Poslovili smo se in polni vtisov odšli. Vsi smo bili mnenja, da delo krepí človeka in da je bil današnji dan res nekaj posebnega.

David Lah

Misli stanovalcev

Kralj Darko

Lepo je bilo, trgali smo koruzo....

Rak Helena

Dobro sem se počutila, ko sem trgala koruzo. Milena nam je lepo postregla....

Šumlak Marjana

Ni mi bilo všeč, ker je bilo mokro. Naslednjič ne bom šla zraven.

Podgrajšek Janez

Bilo je fajn, super...

Ribolov - Steska 2015



Ponovno smo se odpravili na jesenski ribolov v Stesko pri Ponikvi. Animatorica ga. Brina Krašovec je zbrala petnajst stanovalcev, ki so si zaželeli preživeti jesenski dopoldan v čudoviti naravi v okolici Ponikve pri Žalcu. Jaz sem bil kot spremljevalec in tehnični vodja za pomoč pri opremi in samem lovu. Steska je ravno pravi čas za ta del narave, kjer se potok z enakim imenom zliva v tri ribnike, ki so obdani s strmim

pobočjem okoliških hribov. Jesenski sončni žarki so se že s težavo prebijali skozi krošnje dreves in se lesketali na vodni gladini ribnikov ter božali naša lica. Zadnji največji ribnik je bil naša točka za oživljanje lovskega nagona, ki je že od davnine vtkan globoko v človeško bitje. Pri nekaterih ljudeh je seveda ta nagon bolj izrazit kot pri ostalih. Tudi v našem zavodu imamo take in ravno ti so se vključili v to sprostilno dejavnost.

Najbolj zagreti ribiči so g. Jože Svetko, g. Adi Anželak, g. Bojan Rančigaj in ga. Marija Debelak. Ostali so bolj potencialni ribiči in se še učijo ribiških veščin. Najbolj pogoste ribe v ribniku so krapi, kleni, amurji, rdečeočke, zelenke in postrvi, katere pa so ločene in so v manjšem ribniku namenjene predvsem za potrebe restavracije, v kateri gospodar g. Cokan pripravlja najrazličnejše jedilnike. Tudi dimljene postrvi imajo, razne namaze in podobne ribje jedi.

G. Jože Svetko si je kupil novo ribiško opremo, g. Adi Anželak je tudi že ribič od mladosti in je imel svojo ribiško palico in celo vabo za krapa, mu je priskrbel brat, zato

pa je bil v ribolovu tudi najbolj uspešen, saj je ujel dva krapa srednje velikosti. Tretjega je ujel g. Bojan Rančigaj, ki pa na žalost tudi ni bil večji kot Adijevo dva. G. Jože Svetko ni imel sreče ta dan, je pa dobro preizkusil svojo novo ribiško palico in pa seveda zelo užival in se sproščal ob tem. Da si nebo kdo mislil, da so ribe, ki smo jih ujeli končale svojo življenjsko plovbo na suhem....ne ne ne... vse smo lepo osvobodili in jih spustili v njihov hladni domek... saj poznate tisto pesem, ko je dekle vodico zajemala in ribico ujela...lovski blagor vsem, ki jih zanima lov in ribolov in pristna neokrnjena narava.

Damjan Rebernišek



Srečanje v knjižnici Žalec



Pred nekaj dnevi me je Brina povabila k sodelovanju na srečanju v žalski medobčinski knjižnici.

Bila sem zelo vesela. Pred kratkim sem napisala pesem o jeseni, ravno pravšnjo za predstavitev na srečanju. Ko je napočil dan nastopa, sem bila zelo neučakana, ker nisem vedela, kako bom prebrala to pesmico pred vsemi. Ob 14. uri smo odšli v Žalec. Peljala nas je Brina. Ko smo prispeli v knjižnico nas je toplo sprejela direktorica. Ob treh pa se je začel program.

Najprej je pozdravila direktorica in povabila k besedi tudi župana. Kasneje so se predstavile še vse pripovedovalke, ki po domovih izvajajo bralne urice. Nato so nastopili stanovalci iz Polzele in jaz

s svojo pesmico. Marija Debeljak in Branko Klajžar sta lepo zapela pesem o mami, Vesna pa, ob kitarski spremljavi Brine, pesem Sam po parku. Tudi Mirsad nam je zaigral in zapel. Po programu se je začela veselica, ko je prišla gostja srečanja Irena Vrčkovnik. Vsi smo peli, se smejali, tako mlajši kot starejši. Po vsem tem je bila pogostitev s čajem in orehovimi rogljički, ki so bili še topli. Ko pa smo že šli domov, smo od knjižničarke Valerije dobili še kavo in piškotke za domov. Zelo sem bila vesela, zato hvala Brini, ker me je povabila zraven in hvala tudi vsem ostalim, direktorici knjižnice, knjižničarki Ireni Štusej, ki vodi bralno urico na Grmovju in vsem ostalim.

Helena Furman

Izlet na Brezje



Dober dan se začne z dobrim zajtrkom ob njem pa skodelica vroče črne kave, že to je bila napoved odličnega dneva za izlet na Brezje.

Ura je odbila osem, avtobus je pripeljal pred dom, šofer Janez pa nam je pomagal naložiti vso potrebno prtljago za na pot. Zapeljali smo se še na glavno avtobusno postajo Žalec, kjer smo pobrali še stanovalce iz bivalnih enot. Vseh 42 stanovalcev in 5 spremljevalk se nas je tako odpeljalo Brezju na proti.

Pot do "svetega mesta" je minila hitro saj smo se zelo zabavali, pogovarjali, poslušali glasbo in peli, imeli smo tudi slavljenko Benda Vesno, ki je na ta dan praznovala rojstni dan.

Sveta maša se je na Brezju pričela ob deseti uri, pred cerkvijo smo prižgali tudi svečke in prosili Marijo za pomoč, si ogledali zanimive spominke, ki jih je bilo tam na

pretek. Po maši pa nas je čakala kavica in pa malica, ki so nam jo prej v naši kuhinji tako skrbno pripravili. Po malici pa je sledil ogled Radovljice.

Organizatorica izleta Brina nas je popeljala skozi to čudovito mesto, polno starih hiš, ki so jih krasile prekrasne freske. Šli smo tudi mimo izdelovalnice in prodajalne lectovih src, pokukali v dvorano čebelarskega muzeja, si ogledali nekaj čudovitih lestencev in luči iz železa saj je to mesto znano tudi po kovaštvu. Pot nas je popeljala tudi mimo trgovine z lesenimi izdelki, vsi smo se želeli fotografirati ob lesenem kolesu, ki je stal pred njo.

Tako, zdaj pa je bil že čas, da nas šofer Janez odpelje na Bled, naredili smo še nekaj fotografij pred blejskim jezerom, potem pa so naši želodčki že zahtevali obisk naše naslednje destinacije - Turistične kmetije Mulej.

Okoli petnajste ure smo prispeli na naš zadnji cilj. Tam so nas zelo toplo sprejeli, mize so obložili z doma pripravljeno hrano. Njami! Ko smo se najedli pa nas je čakal še ogled njihove velike kmetije.

Pot nazaj do doma je minila hitro in mirno. Vsi smo bili zadovoljni, da smo se udeležili tega čudovitega in zanimivega izleta, vendar saj veste kako pravijo : VSEPOVSOD JE LEPO, A DOMA JE NAJLEPŠE.

Tea Kožar

Svetovni dan duševnega zdravja



Naj bodo dobri in pošteni ljudje še tako brez moči, je samo zaradi njih življenje vredno življenja.«

To je misel Alberta Einsteina, ki je bil velik mislec, modrec in fizik.

10. oktobra obeležujemo svetovni dan duševnega zdravja. Zdravje je človekova pomembna vrednota, ki nam omogoča, da sploh živimo. Življenje nam je dano, prav je da ga sprejmemo takšno, kot se ponuja samo. Lahko si ga naredimo zanimivega, kvalitetnega in zabavnega, če le hočemo, želimo in se tako odločimo.

Svetovni dan duševnega zdravja je že od leta 1992 posvečen izobraževanju in ozaveščanju o duševnem zdravju. Namen je spodbuditi pozornost ljudi na

duševne bolezni in njihove glavne učinke na življenje ljudi po vsem svetu. Svetovna zdravstvena organizacija je za letošnjo temo izbrala duševno zdravje starostnikov.

Tudi v naši hiši smo si dopoldne popestrili s kratkim kulturnim programom in tako osmislili pomen svetovnega dneva duševnega zdravja. Tokrat je prireditev potekala v novih prostorih na mansardi. Sodelujoči pri izvedbi programa so bili: Pevski zbor stanovalcev, ki se je predstavil z dvema pesmima-Prijateljstvu in Tu je moj dom ter Pevski zbor zaposlenih s pesmijo Pogum. Dopoldne pa nam je popestrila tudi prikupna Barbara Železnik s svojo harmoniko.

Maja Ljubek

Svetovni dan hrane



Svetovni dan hrane se praznuje vsako leto 16. oktobra. Glavni namen je opozarjanje, da v svetu živi veliko število ljudi, ki trpijo zaradi pomanjkanja hrane.

Se še spomnite starega slovenskega pregovora, po katerem so se ravnali naši dedki in babice? **»Če kruh pade ti na tla, poberi in poljubi ga.«**

V ta namen smo se v domu odločili, da podpremo ta dan. Pripravili smo kuharsko uro in posebno oddajo Radia Sonček.

Maja Ljubek



Medgeneracijsko druženje v našem domu



Na lep jesenski dan so nas s sosednjega hriba obiskali učenci 4. razreda OŠ Trje pod vodstvom gospe Helene Turnšek. Medgeneracijsko srečanje je potekalo v jedilnici doma, kjer so otroci skupaj s stanovalci preživeli dve čudoviti ustvarjalni uri. Z veliko mero sočutja do sočloveka so učenci pristopali do naših stanovalcev in jim pomagali pri izdelavi jesenskih zmajčkov. Vzdušje je bilo prijetno, saj je vsak na svoj način prispeval svoj del dobre volje in veselja.

Stanovalka Marinka Blatnik tako pove: »Obisk otrok me je prijetno presenetil in sem se jih zelo razveselila. Polepšali so mi dan.«

V hvaležnosti, da smo dar drug drugemu, smo srečanje sklenili s skupno željo, da most, ki smo ga zgradili, tudi negujemo.

Tako si tudi v prihodnje želimo, da s takšnimi druženji damo medgeneracijskemu sožitju ustrezno težo in veljavo.

Veronika Falant

Kostanjev piknik



Že dan pred piknikom smo pričeli z rezanjem kostanja v delovni terapiji. Dan se je začel za zaposlene s pripravami na peko kostanja. Pripravili smo pečena jabolka, zunaj smo postavili gorišča za peko kostanja, v žerjavici so se pekle banane s čokolado. Skuhali smo tudi kostanj in čaj. Za glasbo je poskrbel radio Sonček, kostanj pa sta pekla stanovalec Branko Klajžar in naš David.

Veseli smo, da smo letošnji piknik popestrili z obiskom tabornikov iz Šempetra, Rod BISTRA SAVINJA. Taborniki so se zelo dobro vključili v pomoč pri pogostitvi. Postavili so manjši taborni ogenj, ki so ga prižgali. Ravno tako so pripravili pester program: zapeli so nam in zaplesali.

Stanovalci in taborniki so nam povedali:

Janja Selčan: »Na kostanjevem pikniku mi je »fajn«, rada imam pečen kostanj, ki sem se ga najedla. Všeč mi je bila glasba, ki so jo vrteli.«

Marija Gantar: »Imam se dobro, vse dobrote so okusne. Poskusila sem jabolka in kostanj.«

Taborniki: »Radi pomagamo ljudem. Zanimivo se je družiti tudi s starejšimi. So zelo zadovoljni, ko jim ponudimo pomoč. Veseli smo, ker nas obarijo z nasmehom.

Tatjana Mikša

STRAN ZA POEZIJO

Jesen je tu, po vrtu v travi
podlesek cvete ne vesel.
Na jug leteli so žerjavi.
Hladen se čas
nam je začel.

Po polju se živina pase,
več žitne bilke ni nikjer.
Plevel zdaj po strnišču raste,
pastirji kurijo zvečer.

Jesen rumena, dobra žena,
otroci se je vesele.
Rdeča bela in rumena
po drevju jabolka zore.

Helena Furman

Svežina noči

Svetla noč je odkrila skrivnosti drobnega bitja.
Zvezde že stoletja nad nami živijo in
znova in znova iskrijo čarobne trenutke upanja.
Še tako sivi oblaki vselej omagajo v bitki z neskončnostjo.
Nebroj isker nam vliva svetli žarek življenja,
ki nas poljublja kot večnost in modrost.
A leta so, ki kar teko in zvezde so, ki vse vedo.
Drobno bitje pa ostaja, s krhkimi koraki odhaja,
se vrača s soncem, ugasne za hip in se znova prižge.
Kot svetli žarek zvezdnatih isker na nebu ali v očeh.

Brina Krašovec

Skupina za zdrav način življenja



Smo na novo ustanovljena skupina, oktobra namreč praznujemo eno leto delovanja.

V skupini je sedem stanovalcev in dve zaposleni, ki vodita in usmerjata skupino. Dobivamo se vsako drugo sredo po eno uro. Glavni namen skupine je, da stanovalce seznanimo z zdravim načinom življenja. Predvsem pa nam je pomembno, da si vzamemo čas eden za drugega, si prisluhnemo, zaupamo in delimo svoje izkušnje.

Ilnikar Janez: »Rad hodim na skupino, ker vem, da jim lahko zaupam.«

Gnidovec Zofija: »Vredu je,

ker se veliko pogovarjamo in se družimo.«

Furman Helena: »Skupina je super. Daje mi moč za nadaljnje življenje.«

Anželak Adi: »V skupini se počutim zelo dobro. Z različnimi mnenji si pomagamo in smo iskreni drug do drugega. Skupina me poživi in mi da nov zagon.«

Ajtnik Viljem: »Rad hodim v skupino, kjer se malo pogovarjamo in družimo. Vsak izmed nas pove svojo zgodbo in nasvete s katerimi si medsebojno pomagamo.

Tanja Šušterič

Obiskali smo park v Medlogu



V začetku meseca junija smo se skupina zeliščarjev odpravili na ogled parka šole za hortikulturo in vizualne umetnosti v Medlogu pri Celju. Domski kombi, ki ga je spretno upravljala Brina in osebni avto sta bila dovolj, da smo se pripeljali do šole, kjer nas je sprejela prijazna predstavnica šole in nas pospremila po parku. Najprej nam je povedala nekaj uvodnih besed o parku, po katerem smo se kasneje sprehodili.

Začetki snovanja šolskega parka segajo v prva leta po drugi svetovni vojni, ko je bil večji poudarek na pridelovanju zelenjave, ne pa na gojenju okrasnih rastlin. Nekatera drevesa, ki so bila že zasajena v bližini medloške vrtnarske šole, predstavljajo danes ravno zaradi svoje starosti posebno znamenitost. Na dvorišču vrtnarske šole rastejo tri mogočne platane, ki jih lahko uvrstimo med

stoletne in imajo naravovarstveni status. Kasneje so v parku dali poudarek zasajevanju različnih dreves, grmovnic in cvetlic.

Čeprav je park sorazmerno majhen, prikazuje fitocenološke in hortikulturne umetne prizore, kjer se pod drevjem ali ob grmovju na prisojnih ali osojnih legah pojavljajo biološko in estetsko harmonične združbe različnih rastlin, ki so poleg paše za oči, tudi vir izobraževalnih vzorcev za dijake in študente šole.

Trate v parku so preprost element, ki povezujejo vse grajene in zelene elemente v prostoru, dajejo občutek velikopoteznosti in ga povezujejo v vsebinsko, oblikovno in funkcionalno harmonično celoto.

Pot nas je vodila mimo številnih lepo zasajenih gredic, kjer so cvetele trajnice, enoletnice, vrtnice in različne grmovnice. Očarala so nas mogočna



drevesa, ribnik bogati zasajen z vodnimi in obvodnimi rastlinami. Ob poti smo opazili nenavadne skulpture, oziroma klopi, narejene iz različnih materialov. Naša spremljevalka nam je pojasnila, da so delo dijakov, ki so tokrat dobili nalogo, da na izvirni način ustvarijo koticke za sprostitev in počitek v parku.

Ob poti smo opazili magnolijo, ki je imela le še nekaj cvetov. Izvedeli smo, da so cvetovi magnolije užiten. Če jih napolnimo s sadnim nadevom s sladko smetano, so prava poslastica. Prav tako so užiten cvetovi enodnevnih lilij. Le te smo poizkusili in ugotovili, da so predvsem popki zelo okusni. Nekateri so bili že malce utrujeni, zato smo našo pot malo skrajšali. Posladkali smo se še z drobnimi plodovi šmarne hrušice, objeli s pogledom nasad živo pisanih in dišečih vrtnic. Zahvalili smo se za prijazen sprejem in vodstvo po parku. Prijetno utrujeni smo se odpeljali nazaj na Grmovje.

Morda bo še kdaj priložnost, da ga obiščemo. Sprehod po parku, ko žari v jesenskih barvah, bi bil posebno doživetje. Morda bo priložnost za to že naslednjo jesen.

Magda Simonič



Tombola



Napetost, pričakovanje, radovednost, vse to so pomisleki, ki se porajajo članom skupin za samopomoč ob besedi tombola. Vedno se razveselijo novice, da je del naših srečanj namenjen tudi takemu načinu druženja. Z nestrpnostjo pričakujejo dan, ko bodo morda lahko užili srečo, zadeli glavni dobiček, tombolo. Seveda se veselijo tudi vmesnih nagrad, ki tudi nekaj štejejo. Enkrat letno popestrimo naša srečanja s takšnim načinom druženja, kjer želimo našim članom obogatiti smisel druženj, s tem pa privabiti v našo skupino še kakšnega novega člana ali voditeljico. Misli in občutke, ki ostanejo po takšnem dogodku so člani podelili tudi z nami vsemi;

Milena Vinder

Stanovalci povedo:

To je priložnost za naše druženje, malo je tudi napetosti

Jelka Dolinar

Imeli smo se »fajn«. Zaželela sem si uhan in sem jih tudi dobila. ZELO VREDU –HVALA.

Vesna Benda

Lepo je bilo na tomboli. Znali smo igrati.

Milena Jelovšek

Na tomboli sem se počutila odlično, zabavala sem se in veselila.

Irena Napotnik

Prijetno druženje in čakam dobiček naslednje tombole.

Jože Drozg

»Prijatelji« na obisku pri Branki



Lepega junijskega dopoldneva so me obiskali člani moje skupine Prijatelji. Andreja je na naš hrib pripeljala celotno četico, nobeden ni manjkal: Majda, Cvetka, Vesna, Andrej, Ivica, Erna, Terezija, Irena, Evgenija, Magda. Malo smo se namučili z vozički, vendar smo jih z moško pomočjo uspešno spravili na teraso. Vsi dobre volje in nasmejani so z veseljem posegli po pecivu, soku in seveda, brez kavnice ne gre. Saj so kar naprej spraševali, kdaj pa gremo k Branki na kavico? Z veseljem sem opazovala njihovo igrivost in zgovornost, ki jo večkrat pri njih pogrešam. Kako malo je treba, da se jim polepša dan in razbije vsakodnevna rutina. Ko jim je Andreja iz travnika prinesla še rožice, je bilo veselje še večje. Dve urici sta prehitro minili in čakalo jih je kosilo, treba je bilo nazaj v dom.



Dragi prijatelji, kmalu boste zopet dobrodošli!

Branka Delakorda

»Spominček« na sladoled



Člani skupine Spominček so stanovalci varovanega oddelka.

Nekega lepega in sončnega sobotnega dopoldneva smo voditeljice skupine odpeljale naše člane na sprehod in na sladoled. Odšli smo do gostišča Brunarica, kjer so si naši člani privoščili sladoled. Bili so zgovorni, veseli in navdušeni z željo, da bi tovrstna druženja večkrat ponovili.

Julijana Ravnjak, Anica Petek,
Damjana Es

Obisk skupine za samopomoč Fortuna iz Radencev



V mesecu juliju smo v domu Nine Pokorn Grmovje gostili prijatelje iz Radencev. Člani prijateljske skupine za samopomoč z imenom Fortuna, ki deluje v domu starejših občanov Radenci (DOSOR), so v okviru svoje letne ekskurzije

obiskali Savinjsko dolino in naš dom. Sprejeli smo jih z velikim veseljem. Na družabnem srečanju s pogostitvijo, smo za goste pripravili kratek kulturni program, ki se je razvil v prijetno dopoldne s klepetom in izmenjavo dobrih praks glede dela in aktivnosti v skupinah za samopomoč pri nas na Grmovju in v DOSORJU v Radencih.

Brina Krašovec

Aqualuna, Podčetrtek; Petek 24.7.2015



Hja, pa smo tu. Ravno prav sončno, ravno prav toplo! Kar veliko nas je, zbranih iz različnih hiš. Dobre volje, plavajočih v topli vodi, vozečih se na toboganih,

ležečih in uživajočih. Lepo je, zelo lepo! Pa kakšen sladoled, kava in pivo. Brezalkoholno seveda, da ne bo pomote. Prijazni ljudje, simpatični fantje v oranžnih majicah.

Bi ponovili? Seveda!

Zato - hvala Aqualuna za karte in lep sprejem! Morda še drugo leto? Bomo videli, mogoče...

Udeleženci
kopanja v Podčetrtku

Skupno srečanje voditeljic skupin za samopomoč



Davnega leta 2001 lahko sedaj že zapišemo v našo zgodovino skupin starih ljudi za samopomoč je bila ustanovljena prva skupina Zvonček s svojima voditeljicama Mileno Vinder in Ksenjo Hrustl. Nekateri člani so v njej še danes, ko sem jih povprašala kaj jim pomeni srečevanje v skupini so

povedali:

Svetlana Frolich:

»Skupina mi pomeni veliko. S člani se poznamo že dolga leta, pogovarjamo se o različnih stvareh, včasih pa odpravimo tudi kakšno osebno stisko.«

Jože Ramšak:

»Po skupini se bolje počutim, saj se pogovarjamo o raznolikih stvareh.«

Ana Kastelec:

»V skupini mi je lepo, saj se s prijatelji družimo ob pogovoru.«

Od leta 2001 do danes se je pridružilo še 12 skupin. Vključenih pa je cca. 110 članov, ki so včlanjeni v eno ali več skupin.

Osnovni namen srečevanja skupin starih ljudi za samopomoč je POGOVOR s pomočjo katerega gradimo medsebojne odnose, pletemo prijateljstva, krepimo našo socialno mrežo, se učimo drug od drugega, se o-srečujemo in s tem jačamo pozitivno samopodobo, socialne veščine posameznikov. Le te krepimo oz. spodbujamo tudi čez različne aktivnosti kot so npr.: tombola, izdelovanje butar, gostje na skupnih srečanjih, kratki izleti v okolico...

Srečale smo se tudi voditeljice skupin z namenom, da obnovimo naše znanje, ki smo ga pridobili na temeljnem izobraževanju skupin starih ljudi za samopomoč in da

med seboj izmenjamo mnenja. K nam smo 23.9.2015 povabile organizatorko lokalne mreže Petro Cerinšek, ki je izvedla delavnico z naslovom: »Kako uspešno voditi skupino?« in z njo ojačila vse prisotne z občutenjem, da delamo dobro in da se s svojim delom trudimo za tisto »nekaj več« v odnosu do članov skupine, ki pa je hkrati temelj človekove biti, dostojanstva.

Namreč pristen medosebni odnos v katerem je oseba slišana in ima možnost prostora, ki zagotavlja zaupnost, kjer član lahko pove ob pogovorni temi kaj občuti, misli, česa ga je strah, je tisti, ki nas osvobaja strahov, stisk, lastnih omejitev, da lažje stopimo drug drugemu naproti in si s tem dajemo ta blagodejni občutek, da na tem svetu nismo sami.

Petra Demšer



Poročajo stanovalke in stanovalci bivalnih enot DNPG

Srečanje svojcev, stanovalcev in zaposlenih v bivalni enoti Dramlje



V petek, 11.9.2015 je bilo v naši bivalni enoti posebno prijetno. Na srečanje smo povabili svojce in skrbnike stanovalcev. Le ti so bili celo dopoldne v pričakovanju, kdo od njihovih najdražjih bo prišel na srečanje. Nekateri so vedeli, da bodo imeli obisk, nekateri ne. Zato je bilo na njihovih obrazih zaznati veselje, smeh ko so svoje najdražje videli.

Pri pripravi so sodelovali vsi stanovalci, nekateri so pomagali pri pripravi peciva, pomivali posodo, drugi so prevzeli pripravo miz in stolov.

Že v dopoldanskem času smo dobili prvi obisk, ko so bile priprave v polnem teku. Obiskal nas je dr. Pantuš. Ker je bil v naši bivalni enoti prvič, si jo je ogledal, se posvetil stanovalcem, nekateri so potožili o zdravstvenih tegobah. Vsem je prisluhnil, napisal

napotnico, predpisal terapijo...

Na ta dan nam je bilo naklonjeno tudi vreme. Popoldan je minil prijetno ob druženju, pogovoru, pogostitvi zunaj pred bivalno enoto. Prišlo je štirinajst svojcev oz. skrbnikov. Obiskala sta nas tudi delovna terapevtka Andreja in gospod direktor.

S svojci stanovalcev tudi sicer dobro sodelujemo, a smo se vsi strinjali, da takšna srečanja še organiziramo, saj so nasmehi na obrazih stanovalcev vodilo za naše delo in zadovoljstvo svojcev, ki so nam jih zaupali v oskrbo.

Nekaj misli stanovalcev

Malči:

»Bilo mi je zelo všeč, odlična organizacija, postrežba. Veliko je bilo svojcev, všeč so mi bili vsi, posebno pa zaposlene, ki so vse

pripravile. Želim si, da bi to bilo vsako leto«.

Slavko:

»Uspelo je!«

Joži:

»Počutil se dobro, bil sem v družbi deklet, tudi tistih ki so prišle na obisk«.

Toni:

»Vesel sem bil Vida in Vilija«.

Stanko:

»Bilo je super«.

Luka:

»Bilo je vredno, všeč mi je bilo ker sta prišla mami in oči in sem šel z njima domov«.

Marika:

»Vesela sem bila, ker je prišla Simona, nisem vedela da pride«.

Mirsada:

»Bila sem zelo vesela Mojce«.

Emica:

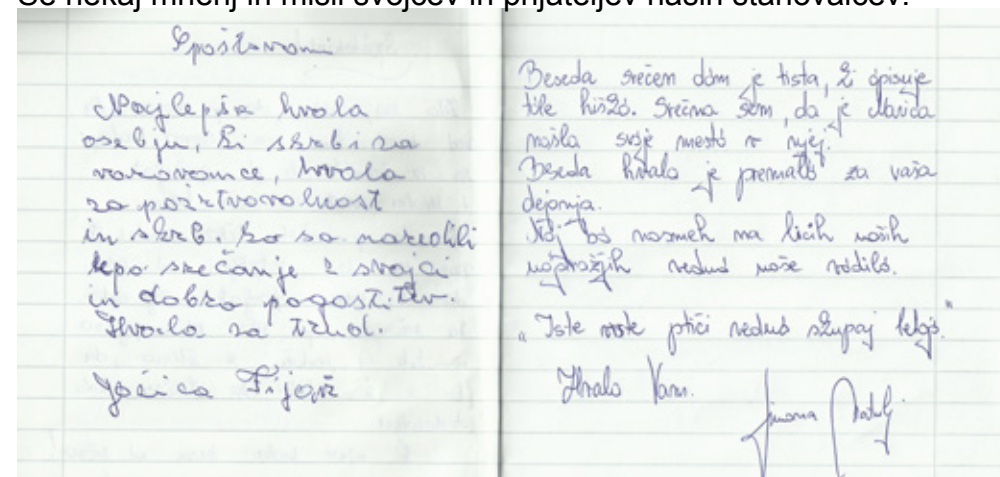
»Bila sem vesela svojcev«.

Lojzka:

»Vsi smo bili zadovoljni, tudi svojci«.

Breda Arzenšek

Še nekaj mnenj in misli svojcev in prijateljev naših stanovalcev:



Oblike zaposlitve stanovalcev v bivalnih enotah



» Je treba delat....« pravi pesem Adija Smolarja. Dela je vedno dovolj, sploh če ga vidiš in si motiviran, da ga opraviš.

Za stanovalce v bivalnih enotah pa je še bolj pomembno to, da imajo sedaj vsi, ki želijo delati možnost opravljati tudi industrijsko delo.

Že res, da je bistvo dela v bivalnih enotah, da stanovalce spodbujamo za čim samostojnejše življenje, da je skrb zase in urejanje okolice na prvem mestu. A imajo še dovolj prostega časa in veliko različnih potreb, ki so povezane tudi z denarjem (različna letovanja, oblačila, obutev, priboljški...).

Industrijsko delo predstavlja stanovalcem dodano vrednost, saj so za delo, ki ga opravljajo nagrajeni. Nekateri so z nagrado zadovoljni, drugi manj, a delu se ne bi odpovedali. Denarna nagrada je še dodatna motivacija za zavzetost pri delu.

V bivalnih enotah, razen na Polzeli imajo za namen industrijskega dela urejene posebne prostore, kjer se samo dela.

Glavna kooperanta, ki omogočata delo v bivalnih enotah sta Vivapen d.o.o. v BE Dramlje, v ostalih bivalnih enotah pa podjetje Lukše. Oba podjetja sta z opravljenim delom zadovoljna.

Za vsako fazo dela so se morali stanovalci najprej usposobiti, da delo natančno opravijo. Pri tem so jim pomagali delovni inštruktorji. Ravno tako pa smo se morali dela naučiti tudi

zaposleni v bivalnih enotah, da lahko izvajamo kontrolo in po potrebi pomagamo stanovalcem. Delo mora biti vedno brezhibno opravljeno.

Opažamo, da so stanovalci takrat, ko imajo delo bolj umirjeni in zadovoljni kot takrat, ko so dalj časa brez njega. Pravijo, da delo vliva olje v svetilko življenja, da le ta lahko gori in da je najhujša utrujenost od brezdelja.

Katarina Pristovšek Mutec

Še nekaj misli stanovalcev iz BE1 v Žalcu:

»Z delom zaslužimo, se zaposlimo, da nam čas hitreje mine. Radi delamo. Dela smo se navadili.«

Jože

»Vesela sem, če imamo delo, da dobim denar in si z njim kupim kaj za obleči.«

Herta

»Vseeno mi je kakšno delo je, samo da ga imamo. Če imaš dovolj denarja, si lahko privoščiš več ljubice.«

Asif

»Industrijsko delo je dobro, delam z dobro voljo. Delo me razveseli, da mi ni dolgčas. Pa še denar zaslužim za kavo in cigarete.«

Josip



Hodimo in se imamo lepo



Vedno, ko se pripravljam na aktivnost za bivalne enote v okviru mobilnega tima, se tega dne zelo veselim. Zakaj? Preprosto zato, ker so naša srečanja vedno prijetna, tako zelo sproščena in prežeta s posebno energijo.

Tako pridno uresničujemo naš mali projekt »Hodimo za zdravje«, zastavljen že v preteklih letih. Letošnje leto smo ubirali različne destinacije – hojo okrog jezera Vrbje, ribnika Ložnica, izvajali smo aktivnosti na stadionu Žalec, kar dvakrat pa smo se odločili iti na Hom. Zelo radi gremo na to pot, ker nam je prijetna, razgled s Homa po vsej kotlini pa neprecenljivo lep. Z veseljem smo izvedli vadbo, se nadihali in se zraven tudi nasmejali. Ker pa je k nam že prišla jesen, smo pri sestopu nabrali še malo kostanja...

Jelka Weber

In kaj pove o našem druženju MIRSAD SMAJIČ

Pa smo spet šli na Hom, čeprav je le malo manjkalo, da bi ostali doma zaradi vremena. Ga. fizioterapevtka Jelka Weber nas je z ga. Darjo Ržen odpeljala do lokacije, kjer smo izstopili in pot nadaljevali proti vrhu Homa. Vmes smo morali kar nekajkrat počivati. Najboljše sem se imel sam, ker sem imel verbalno vajo, da sem sprostil dušo in dobil pogum ter energijo, ki jo moram uporabiti.

Nazaj grede smo nabirali kostanj ter se vsi veseli vrnil domov, kjer nas je čakalo izvrstno kosilo, ki ga je pripravila naša Vesna Povše.

Tako smo še enkrat preživeli lep športni dan in si s hojo nabrali tudi kondicijo. Toliko za enkrat, z vsemi sem se imel lepo.

Prostovoljno delo v našem domu

Prostovoljstvo



V Dom Nine Pokorn hodim že nekaj mesecev kot prostovoljka. Večinoma stanovalce obiskujem v delovnih terapijah, kjer jih postopoma spoznavam skozi umetniško ustvarjanje, reševanje miselnih nalog in lahkotni telovadbi. Imela sem priložnost spoznati in se družiti tudi s stanovalci varovanega oddelka. Sprva si nisem predstavljala, kako bi jim lahko bila v pomoč ali pa kako naj stopim z njimi v stik, toda že kmalu sem spoznala, kako nezahtevni so glede tega. Zelo so veseli, če jim pokažeš interes za preprost pogovor, mnogi me kar sami pokličejo in povabijo v reševanje nalog in jih lahko tako spoznam osebno. Večina je zelo nadarjenih, pozitivnih in veselih.

Videla sem, da so v Domu Nine Pokorn zadovoljni, saj je osebje zelo prijazno in prijetno, poleg tega pa se tukaj vedno odvija veliko pestrih aktivnosti. Ena izmed mnogih je npr., ko so na obisk v dom prišli terapevtski psi, kar je prineslo še posebno veliko veselja in zabave med stanovalci kot tudi med zaposlenimi. Rada bi se zahvalila za priložnost biti prostovoljka v tem domu in še posebej hvala delovnim terapevtkama Andreji in Maji, ki sta me sprejeli v svoje delovno okolje, mi predstavili delo in stanovalce ter omogočili proste roke pri druženju z njimi.

Viktorija Majger

Izpod naših rok

V naši hiši se trudimo, da stanovalci preživite svoj prosti čas čim bolj aktivno, zabavno in prijetno. Danes smo za vas pripravili fotografije izdelkov z naslovom: **IZPOD NAŠIH ROK**, ki je plod našega skupnega dela in sodelovanja. Tudi v prihodnje se bomo trudili, da boste stanovalci čim bolj kvalitetno zapolnili svoj čas in ga preživeli na prijazen način.

Vezenje na voščilnico

Da se ne veze samo na prtiček smo dokazali tudi sami in ohranili rokodelsko in kulturno dediščino vezenja. Motiv se prišije na karton s

prejico, navadnim sukancem, volno tudi s posrebrano ali pozlačeno nitjo. Te aktivnosti se je lotila **Anica Kastelec**.



Guilling tehnika

Quilling (kviling) ali papirni filigran je tehnika oblikovanja papirja, pri kateri papirnate trakove zvijamo in oblikujemo v različne dekorativne oblike. S pomočjo posebne palčke za quilling papirni trak navijemo okrog palčke in tako naredimo osnovni svitek. Konec traku nato zlepimo. Če osnovni svitek nekoliko popustimo, ga lahko

oblikujemo v različne oblike. Tudi pri nas smo se lotili te oblike. Ker je delo možno v večih fazah je pri izdelku lahko sodelovalo več stanovalcev. Eni so zvijali, drugi lepili, tretji oblikovali različne oblike in na koncu sestavili v lepo celoto. Pri tem so sodelovali: **Janez Ciglarč, Štefan Bremec, Matija Završnik**.



Zgodbe, ki jih piše življenje

Verjamem v dobro ljudi, kar nam je položeno v zibel, vendar premalokrat negovano in obujeno. Vredno je prisluhniti sebi in ponovno osvetliti košček tistega, drobnega, neotipljivega, ki se skriva v nas in nas dela ljudi.

Življenje brez bogastva je zelo bogato. Postanemo raziskovalci samih sebe in drugih ljudi. Odkrivamo neokrnjene otočke človeške duše, ustvarjamo navdihujoče okolje za iskrene odnose in pestrost v komunikaciji, kar kot nalašč sovпада s temeljno idejo domske skupnosti, v kakršni živimo v DNPG. Povezanost posameznika s svetom, ki ga

obdaja, daje le temu občutek pripadnosti in varnosti, občutek, da je del nečesa. Tem občutkom sledijo osebne spremembe in premiki, ki so veliki, če se človek počuti povezanega z zunanjim svetom. Vse to pa dosežemo tudi z doživljaji, ki so posledica doživetij. Zato si v prihodnje prizadevamo za močna doživetja, ki bodo rodila nepozabne doživljaje in izkušnje. Doživljaji, v današnjem svetu fikcije in virtualnosti, povrnejo smiselnost v vero, da še nekaj deluje. Pa naj gre za fizikalne pojave ali človeško kemijo.

Brina Krašovec

Marija Debeljak je shodila

Marija pove:

Dolgo časa sem bila povsem nepomična in sem morala ležati v postelji. Iz postelje so me dvigovali z dvigalom na invalidski voziček. Redno pa sem hodila v fizioterapijo k Jelki in Danieli ter pridno telovadila.

Delala sem vaje za noge in roke, vadila počepe, hodila v bradlji,

nato pa še delala vaje ob lestvi in z žogo. Ko pa so v fizioterapiji dobili nove valjčke, sem si še masirala stopala in delala vaje v skupini. Na koncu sem se še sprostila na masažnem stolu. Fizioterapevтки sta me tudi naučili hoditi po stopnicah.

Ves čas sem imela močno voljo in še vedno zelo rada hodim v fizioterapijo.

Zelo sem vesela, ker sedaj lahko sama grem na prireditve v domu in še bolj, ker bom lahko hodila na koncerte narodne glasbe v Žalec. Ker pa sedaj vozička ne rabim več, hodim le s hoduljo. V mesecu septembru sem lahko šla na ribolov.

Sedaj se mi je vse spremenilo na boljše in še naprej bom rada hodila v fizioterapijo.

Ponosna pa sem, ker je tudi g. direktor dejal, da je zelo vesel, ker hodim. Pred kratkim me je povabil, da sem šla z njim pogledati novo gostilno v graščino.

Fizioterapevтки povesta:

Ga. Marija je dokaz, da je možno z močno voljo stanovalca, podpore zaposlenih in intenzivnega dolgotrajnega dela v fizioterapiji doseči skoraj nemogoče.

MARIJA, ČESTITAVA VAM!



A man with a surprised expression is seated in a blue wheelchair outdoors. He is wearing a white t-shirt and holding a small bouquet of yellow and pink flowers. The background features a wooden slatted bench and a planter box with green and red plants.

Fotografije pa so dokaz kako smo s tem projektom spremenili povsem običajen dan stanovalca v nekoliko drugače obarvan dopoldan.

Stran za zabavo

KAJ JE RES?

ZAKAJ NOSIMO KOPALKE?

- ☐ KER NE ŽELIMO BITI GOLI
- ☐ DA SE RIBE NE BI ZALETELE V NAS
- ☐ KER SMO TAKO VIDETI BOLJ VITKI

ZAKAJ GRADIMO PEŠČENE GRADOVE?

- ☐ DA UBRANIMO BRISAČO PRED DRUGIMI KOPALCI
- ☐ DA BI DRUGI MISLILI, DA SMO KRALJEVA DRUŽINA
- ☐ KER SE OB TEM LEPO ZABAVAMO

4 VODORAVNO

2 VODORAVNO

7 NAVPIČNO

6 NAVPIČNO

1 VODORAVNO

3 VODORAVNO

Zadnja stran za to in ono

Že nekaj časa nas na naših malih ekranih spremljata dve zanimivi telenoveli, ki nam krajšata večere. Ker sta delo slovenskih režiserjev smo se odločili, da vam jih podrobneje predstavimo:

Ena žlahtna štorija



Zgodba se dogaja na Goriškem, na posestvu, vrednem več milijonov evrov. Lastnik posestva je Berto Špacapan, katerega žena Tonka je preminila v nesreči. Po njeni smrti se štiri hčere spet vrnejo na posestvo s svojimi izbranci. Tonka je pred smrtjo napisala oporoko, da lahko posestvo deduje le ena hči, ki mora biti cerkveno poročena in njen ženin mora prevzeti njen priimek, sicer bo posestvo po Bertovi smrti prejela pol cerkev in pol vas.

KAJ JE RES?

SAMCU KRAVE REČEMO:

- ☐ KRAVJEK ALI MUKAČ
- ☐ KRAVAR ALI KRAVEC
- ☐ BIK ALI VOL



Z LOPARJEM ZA TENIS:

- ☐ LOPNEMO NASPROTNIKA
- ☐ ODBIJEMO ŽOGICO
- ☐ LOPATAMO PO IGRIŠČU



Žanr	romantično humoristična telenovela
Čas trajanja	45 min
Avtor	Vojko Anzeljc Tomaž Grubar Sašo Kolarič Janez Starina
Glavni igralci	Vesna Pernarčič Ana Dolinar Medea Novak Ajda Smrekar Matjaž Javšnik Milan Vodopivec Stane Tomazin Primož Forte Matjaž Vlašič Matjaž Vlašič
Uvodna špica	Slovenija
Skladatelj	slovenski
Država	Tomaž Lephamer
Jezik	Aleš Žemlja
Izvršni producent	Boris Petkovič
Režiser	Jaka Šuligoj
Lokacija snemanja	Hotel Gredič (Dobrovo v Brdih) Studio Mangart (BTC Ljubljana)

Pri nastanku Svetlobe sodelujejo:

Uredniški odbor:
stanovalci in zaposleni – avtorji prispevkov
prispevki so avtetični

Izgled:
A.Lipar, M. Ljubek

Avtorji fotografij:
M. Tisel (arhiv doma)

Izdal:
DOM NINE POKORN – Grmovje
Pernovo 4/a, Žalec

Naklada: 200 izvodov
November 2015

Odgovarja Tomaž Lenart, direktor

Oblikovanje: Uroš Čanžek s.p.
Tisk: Atelje 64 d.o.o.

