

Zlato listje 2017

Gradimo mostove, 
korak za korakom,
aktivni in povezani ...



Spoštovani!

V letu, ko Impoljca praznuje 65. rojstni dan, se oziramo na prehojeno pot in hkrati zremo tudi v prihodnost. V zrcalu obletnice se ni moč izogniti odsevu dogajanja skozi čas, ki je dan za dnem, korak za korakom rušil zidove in gradil mostove. Rast in razvoj sta nedvomno vplivala na kvaliteto sobivanja in za seboj puščala svoj neizbrisen pečat tudi v širši skupnosti.

Pri tem pa ste imeli pomembno vlogo tudi vi, spoštovani stanovalci, svojci, znanci, prijatelji. Vesela sem, da tudi letošnja praznična izdaja Zlatega listja izžareva barvitost življenja, doživetij in želja, radosti, stisk in hrepenenja. Povezuje različne posameznike, hkrati pa ohranja osebni značaj vsakega izmed avtorjev.

Prireditve v prazničnem letu smo prepletli z mislijo, Gradimo mostove, korak za korakom, aktivni in povezani. Vse bolj se namreč zavedamo ranljivosti življenja. Živimo v obdobju preizkušenj, v času izobilja in hkrati velike revščine vrednot. Kar je bilo še včeraj samoumevno, danes dobiva nove odtenke. In tem izzivom ste izpostavljeni še posebej vsi zaposleni, ki vsakodnevno intenzivno iščete nove rešitve in nove poti pri zadovoljevanju individualnih potreb stanovalcev, za načrtovanje storitev in notranjo organiziranost. Hvala vam za vaš trud pri izgradnji boljših pogojev za življenje in delo.

Srečanje s svojci je vsakič čustveno močno prežeto, še posebej izrazita pa so čustva na sobotni dan, ko poteka osrednja prireditev v ta namen. Dogodek je obogaten tudi z razstavo ročnih del, likovnih tehnik in literarnega ustvarjanja. V programu na velikem odru pa se nekateri tudi osebno predstavijo.

Vsem zbranim še enkrat želim nadvse lep praznični dan, izkoristite priložnost za druženje in pozitivno naravnost.

Andreja Flajs, direktorica



Dokler stopamo v pravo smer, dolžina korakov pravzaprav ni pomembna

Vodilo našega strokovnega dela je naravnost na stanovalca, kar pomeni zagotavljanje storitev, ki bodo izhajale iz individualnosti posameznega stanovalca, upoštevajoč njegovo biografijo, potrebe, želje, sposobnosti ter njegovo celovitost.

Smernice dela so naravnost na uporabnika, sodelovanje s svojci, razvojna naravnost.

V Domu zagotavljamo takšne pogoje življenja, ki pri stanovalcih v čim večji meri spodbujajo avtonomijo in zasebnost, odločanje o sebi, aktivno življenje in samostojnost, možnost izbire pomoči. Pri delu uporabljamo elemente sodobnih strokovnih pristopov, kot so: kongruentna odnosna nega, bazalna stimulacija, glasbeno-terapevtske aktivnosti, terapija s pomočjo umetnosti, terapija s pomočjo živali, hortikultura terapija, samozagovorništvo, biblioterapija, paliativna oskrba.

Pomemben cilj našega skupnega dela je tudi izvajanje storitev v skupnosti, v bivalnih enotah, s čimer sledimo viziji razvoja, zagotavljanju ciljev deinstitutionalizacije. Zagotavljanje pogojev za življenje v manjših gospodinjstvih in gospodinjstvih skupnosti omogoča stanovalcem večjo mero samostojnosti pri vsakdanjih življenjskih aktivnostih, avtonomnost odločanj in večji vpliv pri uresničevanju svojih želja in ciljev.

Spoštujemo kodekse etičnih načel, poudarjamo vpetost v lokalno in širše okolje in skrbimo za kontinuirano usposabljanje in izobraževanje zaposlenih. V medsebojnih odnosih skozi pošteno delo, naklonjenost, zaupanje ter komunikacijo, ki je spoštljiva do človeka, gradimo in ohranjamo kulturo ustanove, ki temelji na medosebnem spoštovanju vseh udeležениh.

Skrbeli bomo za ohranjanje in razvoj novih in različnih oblik vključevanja svojcev v obliki pogovornih skupin, druženj, nudenju izobraževalnih vsebin in oblikovanju skupine za samopomoč ter tako krepili naše medsebojno zaupanje in sodelovanje.

Še naprej bomo usmerjeni v širjenje prostovoljskega dela. Vključevanja prostovoljcev pomeni bistven doprinos h kvaliteti bivanja stanovalcev in obenem zagotavljanje medgeneracijskega povezovanja.

Pomemben vidik življenja predstavlja sodelovanje z lokalno in širšo skupnostjo z različnimi projekti. Participacija stanovalca skozi tovrstne izkušnje daje moč, ki se odraža v samopodobi posameznika, v njegovih socialnih veščinah, kar se posledično odraža tudi v njegovem psiho-fizičnem stanju in zdravstveni kondiciji. Posebno skrb tudi v tem letu namenjamo zdravemu načinu življenja. V okviru projekta »Z gibanjem do ve-



selja in zdravja« želimo doseči čim več pozitivnih učinkov telesne aktivnosti na zdravje in počutje stanovalcev. Projekt zajema različne programe in aktivnosti, ki se odvijajo v okviru skupinskega in individualnega dela in z njimi želimo motivirati h gibanju. Aktivnosti bomo nadaljevali v obliki organiziranih skupinskih in individualnih sprehodov v domskem parku in okolici, z dnevno telesno vadbo na stanovanjskih enotah in skupinah, s skupinskimi plesi, s kopalnimi dnevi na bazenih v poletnih mesecih, z delovanjem športnega krožka vsaj dvakrat tedensko, s telesno vadbo, treningi in tekmovanji v okviru Društva Specialna Olimpijada Slovenije, z ozaveščanjem o zdravem načinu življenja, s poudarkom na uživanju zdrave prehrane in pomenu gibanja, ki ga ima le to na zdravje. Pozornost bomo namenjali tudi promociji športa v lokalnem okolju in organizaciji športno družabnih dogodkov.

Poudarek v tem letu pa bomo namenjali tudi drugim vsebinam. Nedvomno je to tudi področje medsebojnih odnosov, kulture obnašanja in medsebojnega spoštovanja. Skozi različne oblike skupinskega dela kot tudi skozi vsakodnevno delo bomo v ospredje postavljali pomen spoštovanja in sprejemanja enkratnosti vsakega posameznika, strpnosti drug do drugega in poudarjali temeljne veščine lepega komuniciranja.

Mojca Knez, strokovna vodja



Dobrodošli v naš dom!

Spoštovani,

Lepo pozdravljeni na straneh našega informatorja, ki se predstavlja v »Zlatem listju«. Informator nas bo spremljal skozi nadaljnje izdaje domskega glasila in želimo si, da bi v njem našli koristne informacije z namenom dobrega sodelovanja in posledično dobrega počutja naših stanovalcev. V nadaljevanju vas želimo seznaniti z našim poslanstvom, vizijo razvoja in vrednotami, za katere si prizadevamo. Predstavljamo vam tudi vedno aktualne vsebine.

Ob tej priložnosti vabimo svojce, da nam še naprej sporočate vaše predloge za izboljšave, vaša mnenja, ki pomembno vplivajo na kvaliteto življenja. Svoje mnenje nam lahko napišete v Knjigo pohval in pritožb, ki so na vsaki stanovanjski enoti, lahko ga pustite v skrinjici v pritličju posamezne enote ali ga sporočite zaposlenim.

Vabimo vas tudi na našo spletno stran www.impoljca.si, kjer lahko spremljate dogajanje v našem domu.

Osnovni kontaktni podatki: Dom upokojencev in oskrbovancev Impoljca, Arto 13, 8290 Sevnica,
e-mail: duo.impoljca@duo-impoljca.si, spletna stran: www.impoljca.si

Recepcija Doma	(07/81-61-400)
Tajništvo Doma	(07/81-61-401)
Vodenje, zastopanje in predstavljanje doma Andreja Flajs, direktorica	(07/81-61-440)
Strokovna vodja Mojca Knez	(07/81-61-434)
Vodja finančno računovodske službe Bernarda Vrtačnik	(07/81-61-410)
Služba zdravstvene nege in oskrbe Natalija Koprivnik, vodja službe ZNO ambulantna	(07/81-61-433) (07/81-61-430)
Socialna služba Marija Zidar	(07/81-61-424)
Barbara Žugič	(07/81-61-450)
Zdenka Kramar	(07/81-61-425)
Dislocirane bivalne enote – življenje v skupnosti Alojz Knez	(051-683-511)



Vselitev v dom

Dom je tam, kjer je srce (avtor neznan).

Vselitev v Dom predstavlja izjemno veliko prelomnico v življenju posameznika kot tudi njihovih svojcev. Pred sprejemom je ključnega pomena priprava na spremembo, zato veliko naše pozornosti namenjamo predhodnemu srečanju, ogledu doma, medsebojnemu spoznavanju in izmenjavi pomembnih informacij.

Prihod v dom ureja socialna delavka, ki je prva kontaktna oseba. Ko je stanovalec sprejet v novi dom, potrebuje pomoč pri vključevanju v domsko življenje. Pri tem je v prvem obdobju še posebej pomembna vloga ključne osebe ter podpora zaposlenih, sostanovalcev in socialna mreža, ki se spleta s pomočjo različnih dejavnosti. Izjemno pomembno vlogo imajo svojci, ki s svojim vključevanjem v domsko življenje posameznika bistveno pripomorejo k lažji premostitvi stisk, dvomov in težav, prav v tem začetnem obdobju.

Za ureditev sprejema potrebujete:

- Izpolnjen predpisan obrazec za sprejem v dom (dostopen na spletni strani www.ssz.slo.si),
- zdravniško mnenje o zdravstvenem stanju (staro največ mesec dni),
- obsežnejše psihiatrično mnenje,
- izjavo o načinu plačila storitve,
- zaželen je življenjepis, naslovi svojcev,
- pooblastilo oziroma morebitno odločbo o postavitvi zakonitega zastopnika.

Ob sprejemu je treba predložiti:

- veljavni osebni dokument in davčno številko,
- kartico zdravstvenega zavarovanja in urejeno dodatno zdravstveno zavarovanje,
- zdravstveno kartoteko.

Pogoji za sprejem

Dom Impoljca je namenjen odraslim osebam, ki imajo težave v duševnem zdravju, in odraslim osebam z motnjo v razvoju, ki zaradi zmanjšanih sposobnosti in drugih razlogov ne zmorejo več živeti v domačem okolju.

Poslanstvo, vizija, Vrednote in vodila

Dom upokojencev in oskrbovancev Impoljca nudi institucionalno varstvo različnim skupinam ljudi, ki zaradi različnih razlogov v domačem okolju ne morejo bivati in potrebujejo delno ali popolno pomoč druge osebe.

Zavedanje strokovnih delavcev in sodelavcev ter laičnih delavcev, da je individualnost stanovalca izhodišče za opravljanje delovnih nalog, je ključnega pomena. Vizija doma, poslanstvo, vrednote, kode-



ksi etičnih načel ter zakonski predpisi pa predstavljajo temelj organizacije dela. Vodstvo doma si skozi vsakdanjo prakso prizadeva, da so vsi zaposleni seznanjeni z osnovnimi vodili in usmeritvami ter da delujejo v skladu z njimi.

- Naravnost na uporabnika.
- Strokovnost in razvojna usmerjenost.
- Spoštovanje kodeksov etičnih načel.
- Sodelovanje s socialno mrežo stanovalca.
- Vpetost v lokalno in širše okolje.
- Dobri medsebojni odnosi, zadovoljstvo zaposlenih, preprečevanje izgorelosti.

Poslanstvo

Dom nudi stanovalcem podporo na domu ali nadomestno obliko bivanja in življenja v smislu zagotavljanja temeljnih potreb človeka kot biološke, psihološke, fiziološke, socialne ter duhovne celote. Podpora se zagotavlja skozi sistemsko povezanost vseh vključenih, različnih strok, potrebe uporabnikov in zahteve okolja.

Poslanstvo je usmerjeno v zagotavljanje primernih poti za izvajanje kvalitetnih storitev po meri uporabnika, prilagojene psihofizičnemu stanju, potrebam, sposobnostim, željam, in v odziv na potrebe okolja.

Poslanstvo zavoda je v razvijanju primernega okolja za dostojno in spoštljivo življenje, za razvijanje možnosti in priložnosti v času, ko socialna mreža in domače okolje ne zagotavljata dovolj podpore in oskrbe.



Vizija

Usposobljen in motiviran kader v zdravem delovnem okolju kvalitetno opravlja izvajanje dejavnosti, naravnane na osebo, v medsebojno spoštovanje in dobre medsebojne odnose, v ohranjanje dobre prakse in razvoj novih, inovativnih načinov in metod dela, kot ga narekuje stroka in potrebe.

Ustvarjali bomo pogoje za zagotavljanje zasebnosti, avtonomije, možnosti izbire in spoštovanje posameznika.

Širili bomo partnerstvo sodelovanja z ožjo in širšo socialno mrežo, medgeneracijsko sodelovanje in prostovoljstvo.

Podpirali bomo domače vzdušje in procese dezinstucionalizacije.

Metode dela preusmerjamo iz asistencije v podporo za čim bolj samostojno življenje in ohranjanje zmožnosti samooskrbe.

Sledili bomo strokovnim in etičnim načelom ter skrbeli za permanentno usposabljanje in izobraževanje. Pri organizaciji ter vodenju poslovnih procesov bomo sledili sodobnim ekonomskim načelom in standardom ter zagotavljali dolgoročno stabilno in uspešno poslovanje.

Naš dom bo prepoznan v lokalnem in širšem okolju kot dom standardizirano kvalitetnih storitev in izgrajeni celostni podobi. Razvijal bo ponudbo, širil nabor storitev in kontinuirano gradil pozitivno prepoznavnost doma.

Dom bo razvijal mesto nosilca gerontološke dejavnosti in nosilca celovite skrbi in podpore za osebe z dolgotrajnimi motnjami v duševnem zdravju.

Dejavnost bo gradil na dolgoletni tradiciji, bogatih izkušnjah in znanju, Dom bo razvojno usmerjen.

Razvijali bomo primeren odnos do ljudi, delovali po socialnem modelu.

Vrednote

- Spoštovanje osebnosti, avtonomije in dostojanstva.
- Spoštovanje in dobri medsebojni odnosi, zavedanje lastne odgovornosti.
- Spoštovanje in prepoznavnost v okolju.
- Varnost, pripadnost, strokovnost, kakovost.
- Vključenost uporabnika, posameznik je aktiven član, ima vpliv na dogajanje.
- V odnosu do drugega delujemo tako, kot bi sami želeli, da ravnajo z nami.
- Vsi smo odgovorni za pozitivno klimo.
- Odgovoren odnos do dela, sredstev, stroke.
- Težnja k osebni in strokovni rasti.
- Ekonomičnost poslovanja, gospodarnost, zakonitost, transparentnost.

Vodila

- Dostopnost,
- naravnost na osebo,
- spoštovanje osebnosti, avtonomije in dostojanstva, zavedanje lastne odgovornosti,
- prostovoljna vključitev, prosta izbira,

- avtonomija,
- motiviranost,
- aktivno sodelovanje, vključenost,
- kakovost po meri posameznika, individualnost,
- strokovnost, interdisciplinarnost,
- razvojna usmerjenost,
- osebna rast,
- spremljanje kazalnikov in standardov kakovosti,
- transparentnost, ekonomičnost, gospodarnost, zakonitost.

Temeljne razvojne usmeritve za delo

- uresničevanje vizije in poslanstva Doma, ob upoštevanju vrednot in vodil,
- izvajanje celovite skrbi za starejše in osebe s posebnimi potrebami,
- dezinstucionalizacija,
- zagotavljanje prostorskih, tehničnih in kadrovskih normativov za izvajanje dejavnosti,
- implementacija sodobnih metod in modelov,
- uveljavljanje vloge nosilca razvoja skrbi v lokalnem okolju,
- razvijanje novih oblik in načinov skrbi ter metodološke pristope za specifične potrebe posameznih skupin,
- permanentni razvoj in usposabljanje zaposlenih ter zagotavljanje strokovnosti in profesionalni odnos zaposlenih do uporabnikov in med seboj,
- sodelovanje s svojci, nevladnimi organizacijami, društvi, izobraževalnimi organizacijami, lokalnim okoljem ter drugimi subjekti, ki pripomorejo k oblikovanju in izvajanju celovite skrbi,

- prepoznavanje in poimenovanje lastnih standardov kakovosti, skrb za uporabnike, notranje procese, zaposlene in finančno poslovanje; zagotavljanje kakovosti v celotni organizaciji,
- načrtovanje in realizacija ukrepov za zmanjševanje tveganj,
- razvojna usmerjenost na vseh nivojih,
- prostovoljstvo, planiranje in priprava kadrov,
- poslovanje po ekonomskih načelih, ki veljajo za domove, racionalno opravljanje dejavnosti,
- upoštevanje kodeksa etičnih načel v socialnem varstvu.

Kodeksi etičnih načel predstavljajo vsem zaposlenim v domu vodilo pri delu z uporabniki in pri zagotavljanju učinkovitega delovanja sistema nudenja storitev. Zaposleni na področju socialnega varstva spoštujemo kodeks etičnih načel v socialnem varstvu in tudi kodekse posameznih poklicev, ali kodekse izvajalcev storitev, ki se nanašajo na ravnanje z uporabniki socialnega varstva.

Med delavce sodijo vsi zaposleni na področju socialnega varstva in vsi drugi, ki sodelujejo pri opravljanju nalog na področju socialnega varstva.

Pri svojem delu delavci socialnega varstva ravnajo po načelih etičnosti in občega dobrega, da bi tako uporabnike in sebe zavarovali pred neustrezno uporabo strokovnega dela in družbene moči. Svoje delo morajo razmejiti od različnih vplivov in interesov, ki bi utegnili ovirati njihovo strokovno presojo o tem, ali s svojim delom dejansko pomagajo posamezniku ali pa zgolj zastopajo interese, ki niso v skladu z načeli strokovne pomoči.



Kodeks etičnih načel v socialnem varstvu (vir: Kodeks etičnih načel v socialnem varstvu; Socialna zbornica Slovenije, 2014) postavlja v ospredje naslednja načela:

- Spoštovanje človekovih pravic in svoboščin.
- Spoštovanje in sprejemanje različnosti.
- Spoštovanje poklicne avtonomije.
- Enakopravnost prostovoljskega dela.
- Pomoč za samostojnost in samopomoč.
- Nezdržljivost vlog.
- Spoštovanje odločitev posameznikov.
- Možnost izbire pomoči.
- Dolžnost pomoči.
- Spoštovanje človekove individualnosti, potreb in dostojanstva.
- Kriteriji komuniciranja z javnostmi.
- Preprečevanje osebnega nadlegovanja in nasilja.
- Uveljavljanje in varovanje zasebnosti v domačem okolju ali socialnih ustanovah.
- Odprtost organizacij socialnega varstva in izvajalcev.
- Zaupanje in varstvo osebnih podatkov.
- Dolžnost izobraževanja in usposabljanja.
- Sodelovanje in medsebojna pomoč med delavci socialnega varstva pri delu z uporabniki.
- Odgovornost do družbe.

Dobro je vedeti ...

Spoštovani svojci, prijatelji in znanci,

V Domu Impoljca se zavedamo, da ste nepogrešljivi in zelo pomembni pri zagotavljanju kvalitetnega življenja stanovalcev Doma.

Verjamemo, da jih želite ob obiskih z drobnimi pozornostmi in darili razveseliti in polepšati dneve.

V izogib morebitnim nevšečnostim in zapletom pri posedovanju vrednejših predmetov in večjih vsot denarja, vas v navedenem članku želimo seznaniti z določenimi pomembnimi informacijami.

Svetujemo vam, da ob sprejemu svojega sorodnika v dom in ob obiskih ne prinašate večjih vsot denarja in vrednejših predmetov (dragocene ure, nakit, mobilni telefoni, fotoaparati). Predlagamo, da vrednejše predmete obdržite in shranite na varnem v domačem okolju. Dom za izgubljene, poškodovane ali odtujene predmete, ki jih imajo stanovalci pri sebi, ne odgovarja in ne prevzema odgovornosti.

Vsem sorodnikom in prijateljem, ki pošiljate denarna sredstva stanovalcem doma, svetujemo, da denarja ne pošiljate v pisemskih ovojnicah. V primeru, da denar ne prispe, za izgubljeni denar ne prevzemamo odgovornosti, niti ga ne prevzame pošta.

Denar je najvarneje pošiljati po poštnih nakaznicah (storitev je treba plačati), ali v obliki nakazila na osebni račun stanovalca doma.

Za denarna sredstva odgovarjamo le v primeru, če so bila izročena zaposlenim in deponirana na blagajni stanovalcev ali položena na osebni račun.

Tudi v prihodnje si želimo dobrega sodelovanja z vami.

Socialna služba Doma Impoljca



»Pod pisanimi notami spomina«, 5. likovna kolonija / oktober 2016



Podajanje informacij o zdravstvenem stanju in spremljanje svojcev na specialistične preglede

V prispevku bi želeli osvetliti poti in kompetence podajanja informacij o zdravstvenem stanju naših stanovalcev.

Informacije o zdravstvenem stanju in poteku zdravljenja, ki se nanašajo na bolezenska stanja, diagnostično obravnavo, zdravljenje, lahko svojcem podaja izključno samo zdravnik. Ostali zdravstveni delavci nimamo pristojnosti razkrivati teh podatkov in tudi ne podajati teh podatkov svojcem. K temu nas zavezuje Zakon o varstvu osebnih podatkov ter Kodeks etike medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije.

Medicinske sestre in zdravstveni tehniki lahko podamo informacije, ki se nanašajo na izvajanje zdravstvene nege. To so informacije o počutju, preživljanju prostega časa, izmerjenih vitalnih funkcijah, prehranjevanju, odvajanju, osebni negi, gibanju, spanju, oblačenju, komuniciranju in učenju zdravega načina življenja. Glede samih diagnostično-terapevtskih posegov, ki jih izvajamo po naročilu zdravnika, lahko podaja informacije izključno zdravnik. Zdravnik je na voljo za podajanje informacij v času dela ambulate v Impoljci, osebno ali po telefonu. Zdravnik je na razpolago za informacije tudi v času dela ambulate v Zdravstvenem domu Sevnica. Glede splošnih informacij o počutju ali planiranih preiskavah, ki jih odredi zdravnik, se lahko obrnete na vodje enot in ambulantni sestri, osebno ali po telefonu.



»Prisluhni mi«, srečanje s svojci / junij 2016



V domu se izvaja tudi zobozdravstvena dejavnost in specialistično zdravstveno varstvo, ki ga izvaja zdravnik, specialist psihiater.

Prizadevamo si, da bi čim več prevozov na specialistične preglede opravili svojci, saj bi na tak način najhitreje prišli do informacij o zdravstvenem stanju in nadaljnji obravnavi vašega svojca. Informacije bi ob samem pregledu podal specialist določene stroke, ki je najboljši strokovnjak s svojega področja. Zato vas pozivamo, da se odzovete našim prošnjam za spremstvo.

Zaposleni se trudimo stanovalcem poleg strokovne obravnave nuditi podporo, razumevanje, človeško toplino in prijaznost. Trudimo se, da delo opravljamo strokovno, odgovorno, po svojih najboljših močeh. Zavedamo se svojega poslanstva in odgovornosti, zato si tudi v prihodnje želimo dobrih medosebnih odnosov, vaše podpore in dobrega sodelovanja z vami.

*Natalija Koprivnik,
vodja zdravstvene nege in oskrbe*

Obveščanje

V našem Domu redno obveščamo svojce oziroma skrbnike o hospitalizaciji njihovih sorodnikov in po končanem zdravljenju o njihovi vrnitvi v zavod. Glede na individualne želje obveščamo tudi o datumih na različne specialistične in kontrolne preglede, predvsem takrat, ko izrazijo željo o spremljanju le-teh. V zadnjem obdobju je veliko specialističnih in kontrolnih pregledov v popoldanskem času, tudi ob sobotah. Če imate namen obiskati svojca, predhod-

no preverite njegovo prisotnost na enoti.

Ker s svojci pogosto komunicirate po mobilnih telefonih vas prosimo, da ne kličete v poznih večernih urah oziroma po 22. uri, saj s tem motite nočni počitek stanovalcev. V nujnih primerih lahko pokličete dežurno medicinsko sestro na enoto, ki vam bo znala ustrezno svetovati.

Gabi Pirc, dipl. med. sestra

Obiski naj nam bodo vsem v veselje

Obiski so stanovalcem in zaposlenim v veliko veselje. Naš skupni interes je, da bi se stanovalci dobro počutili in bili zdravi.

Vemo, da se na obisk težko odpravimo, ne da bi prinesli s sabo kaj dobrega.

Vljudno vas prosimo, v korist stanovalcev, da se o prinesenih priboljških in napitkih, preden jih ponudite stanovalcem, posvetujete z negovalnim osebjem na enoti ali z domskim zdravnikom, v izogib možnim zapletom zdravstvenega stanja.

Želimo vas opozoriti na količino in izbiro priboljškov. Stanovalcem je zagotovljena zdrava, energijsko in hranilno polnovredna hrana skozi cel dan. Večina ima predpisan dietni režim, ki ga z vnosom neprimernih dodatkov rušimo.

Negovalno osebje vam bo svetovalo glede trdote priboljškov, saj imajo mnogi stanovalci resne težave s požiralnim refleksom, zaradi česar jim hrana lahko zaide v dihala.

Stanovalci imajo možnost sodelovanja pri sestavi jedilnika v Komisiji za prehrano. V komisiji sodelujejo



štirje izvoljeni člani in medicinska sestra, ki posreduje predloge delovni ekipi za sestavo mesečnega jedilnika.

Opozoriti smo vas dolžni, da je po Pravilniku o hišnem redu strogo prepovedano prinašanje alkoholnih pijač v zavod. Hvala za razumevanje!

Martina Hafner, dipl.m.s.

*Natalija Koprivnik,
vodja zdravstvene nege in oskrbe*

Ukrepi ravnanja ob kontaktnih izolacijah

Kontaktno izolacijo izvajamo pri stanovalcih, ki so okuženi z ESBL ali MRSA bakterijami.

To pomeni izvajanje naslednjih ukrepov: namestitev stanovalca v enoposteljno sobo ali v sobo, ki ustreza izolacijskim merilom (dva stanovalca z MRSA/ESBL v isti sobi ali dva stanovalca v isti sobi, od katerih je eden koloniziran, s tem, da je vmes med posteljama in njunimi predmeti (ob posteljna omarica) vsaj en meter razmika; razkuževanje rok ter uporaba ro-



Ustvarjamo z otroki POŠ Studenec / februar 2017

kavic (v določenih primerih tudi mask in zaščitnih predpasnikov); ločeno zbiranje perila in kužnih odpadkov.

Pred vstopom v sobo obesimo napis z obvestilom, da se pred vstopom v sobo zglasite pri medicinski sestri. Obiskovalce želimo ozavestiti, da v sobi velja spremenjen higienski režim. Nad posteljo stanovalca obesimo oznako Kolonizacija stanovalca in osnovne informacije, kjer lahko obiskovalci preberete, kako se bakterije prenašajo, kakšne ukrepe izvajamo, da čim bolj preprečujemo njihov prenos, in kako naj poteka obisk pri stanovalcu.

Za vas obiskovalce je nujnega pomena, da si pred vstopom v sobo razkužite roke, da ne odnašate predmetov iz sobe, da ne posedate na postelji in da si po končanem obisku roke znova razkužite. Obiski otrok v sobah niso priporočljivi.

Medicinske sestre vas bodo z veseljem poučile z ukrepi čiščenja in razkuževanja v sobah za izolacijo (le to je pogostejše kot v ostalih sobah), o morebitni uporabi zaščitnih sredstev in pravilni tehniki raz-



Razigrano na bazenu Brestanica / julij 2016



Gradimo prijateljstvo z OŠ Ana Gale Sevnica / junij 2016

kuževanja rok. Če boste želeli vam lahko posredujemo zloženke z osnovnimi informacijami o ESBL in MRSA okužbah.

Za družinske člane velja, da dokler smo zdravi, lahko bivamo v istem prostoru kot nosilec MRSA/ESBL. Običajni stiki, denimo dotikanje in objemanje, ne predstavlja nevarnosti za zdrave družinske člane. Vsekakor pa je treba upoštevati navodilo o razkuževanju rok. Bistveno je redno izvajanje osebne higiene (umivanje rok, redno prhanje) ter skrb za red in čistočo.

In še eno zelo pomembno sporočilo. Kontaktna izolacija ne pomeni socialne izolacije. Vsem stanovalcem omogočamo enako kakovost bivanja, medsebojno druženje, upoštevanje dostojanstva, avtonomije in pravice do prostega gibanja.

*Natalija Koprivnik,
vodja zdravstveno negovalne službe*

Učne delavnice

Predavanje o higieni

Oktobra 2016 je v našo delovno skupino prišla sestra Lea Starc. Imeli smo predavanje o higieni kašlja in rok, cepljenju proti gripi, zdravi prehrani in o pomenu prezračevanja bivalnih prostorov. Nekaj dni po predavanju smo se s člani skupine pogovarjali, kaj smo poslušali in kaj smo si zapomnili. Pri tem so sodelovali: Lukica Karmen, Anka Plavšič, Anica Tomec, Irena Kuštrin, Irena Kužnar, Manica Lamut, Sonja Kebe, Franci Grbec, Zinka Pristušek, Anica Zrač, Milomir Glamočanin, Irena Polc. Povedali so naslednje:

- Higiena rok: roke je treba umivati po vsaki uporabi stranišča, po delu, pred jedjo. Po umivanju jih je dobro tudi razkužiti. Najbolje je, da jih razkužimo v jedilnici, tik pred obrokom.
- Cepljenje proti gripi: pomembno je, ker se z njim zaščitimo pred boleznijo (dobimo odpornost).



Pomembno je tudi zato, ker nas veliko živi skupaj, in če eden zboli, se lahko okužijo tudi drugi.

- Higiena kašlja: kašljamo v rokav – zgornji del roke. S tem zaščitimo druge in sebe. V dlan ne kašljamo, ker potem lahko okužimo druge, če primemo kljuko s takimi rokami.
- Zračenje sobe: odpremo okno ali vrata za 5 do 15 minut, nato spet zapremo. Zrak se zamenja in očisti.
- Hrana: zdravo je jesti veliko sadja in zelenjave, da s tem dobimo vitamine.

Tatjana Kolar, delovna terapevtka

Predavanje o sladkorni bolezni

Konec oktobra 2016 je v našo skupino prišla sestra Stanka Sovinc. Predavala nam je o sladkorni bolezni. Po enem tednu sem se potem pogovarjala s člani skupine in preverila, koliko so si zapomnili. Pri pogovoru so sodelovali: Irena Kuštrin, Karmen Lukica, Milena Šerbec, Manica Lamut, Terezija Pristušek, Irena Polc, Anica Tomec, Franci Grbec, Irena Kužnar, Anka Plavšič, Marjan Pavlin in Maruša Čarman. Povedali so naslednje:

Za sladkorno boleznijo zbolimo, ker imamo pomanjkanje inzulina, ki nastaja v trebušni slinavki. Bolezen se nikoli več popolnoma ne pozdravi, lahko pa jo zdravimo in spremljamo. Te težave ima okoli 30 odstotkov populacije, kar je veliko. Kadar nam sladkor močno naraste, spijemo vodo, kadar pa je prenizek, moramo zaužiti nekaj sladkega. Poznamo dva tipa bolezni. Pri tipu 1 zbolijo otroci in mladostniki. Pri tipu 2 pa odrasli. Pri prvem tipu navadno bolniki hujšajo, pri drugem pa se zredijo.

Znaki sladkorne bolezni so: žeja (predvsem ponoči),

suha in srbeča koža ter pogosto uriniranje (ker bolniki veliko popijejo).

Kasneje se lahko pojavi poslabšanje vida. Bolniki imajo lahko tudi težave z žilami in pojavijo se ranice na nogah, kar je nevarno, saj se rane slabše celijo. Bolečin v nogi niti ne čutijo, le ranice se pojavijo.

Bolezen se zdravi najprej z dieto (črn kruh, sladkarij ne uživamo, pojedemo pet obrokov na dan). Če pa to ne pomaga, zdravnik predpiše še tablete ali injekcije inzulina, odvisno pač od višine sladkorja.

Sladkorni bolniki morajo torej skrbeti za pravilno uravnoteženo prehrano (skrb za telesno težo – povišanje teže ni priporočljivo), se redno gibati (ne smejo pa pretiravati), skrbeti za higieno nog, imeti primerno obutev (ne sme tiščati).

Tatjana Kolar, delovna terapevtka

Zdravstveno vzgojno delo – pomoč pri izločanju

Težko je govoriti o zdravem ritmu izločanja, ker smo ljudje različni in imamo svoje navade. O zaprtju (obstipaciji) govorimo, ko težko izločimo trdo blato, ki ga spremljajo napenjanje, krči in zapeka. Kronično postane, ko odvajamo manj kot dvakrat tedensko ali večkrat malo in ostaja občutek nepopolne izpraznitve.

Tudi v našem domu se vse prepogosto srečujemo s tovrstnimi težavami stanovalcev.

Vzroki so:

- odlaganje odvajanja,

- moteči dejavniki iz okolja,
- živčna napetost,
- premalo balastnih snovi,
- nezadostno uživanje tekočine,
- pomanjkanje gibanja in telesnih aktivnosti,
- uživanje nekaterih zdravil,
- hemoroidi,
- razne bolezni.

Zato zaposleni dajemo večji poudarek na odpravljanju težav z odvajanjem. Zatekamo se k pomoči naravnih in blagih odvajalnih sredstev. Za redno prebavo pa lahko veliko storijo tudi stanovalci sami.

Ukrepi in pomoč:

- uživanje dovolj vlaknin: na jedilniku je več zelenjave in sadja, žitni zajtrki ...,
- uživanje jabolk ob sobotah, ko smo združili druženje z zdravjem,
- tedensko zmešane slive, kompot iz suhega sadja,
- spodbujanje, da hrano dobro prežvečijo in pri jedi ne hitijo,
- zadostno uživanje tekočine,

- pitje odvajalnega čaja,
- večkrat tedensko pitje Donata,
- gibanje in telesne aktivnosti (mavrična hoja, aktivnosti tudi v popoldanskem času, spodbujanje k sprehajanju ...), povečajo tudi gibanje črevesja,
- spremljanje in beleženje odvajanja,
- odstranjevanje motečih dejavnikov iz okolja, da ne prelagajo in zadržujejo odvajanja,
- pozornost na bolečine, napet trebuh, spremenjena količina ali pogostost odvajanja, otipljiva masa v trebuhu, črevesju, prisotnost krvi, zmanjšan tek ...

Če ukrepi ne zadostujejo in ne odpravimo težav, zdravnik glede na pregled svetuje primerno odvajalno sredstvo (sirup, svečke, tablete, klistir ...).

Ne pozabimo: ZDRAVJE SE ZAČNE V ČREVESJU!

Vesna Zakošek, medicinska sestra

Prehladi v zimskih dneh

Za nami je obdobje cepljenja proti gripi. Letos se vas je cepilo 97 odstotkov. Proti gripi se cepimo zato, da zaščitimo sebe in druge posameznike v svoji okolici.



Športno zabavne igre PSVZ Slovenije v Lukavcih / maj 2016



Gripa je zelo nalezljiva bolezen in se z lahkoto širi. Najučinkovitejša zaščita pred gripo je vsakoletno cepljenje, ker preprečuje tveganje za smrt zaradi bolezni same ali njenih zapletov.

Znaki okužbe z virusom gripe so: mrazenje, izčrpanost, visoka temperatura, glavobol, bolečine v mišicah in kosteh, dražec občutek v žrelu in suh kašelj. Če se cepimo in kljub temu zbolimo, so znaki obolevanja manj izraziti in hitreje minejo.

V zimskih mesecih moramo piti zelo veliko toplih napitkov in skrbeti za higieno rok in kašlja. Še veste, kako to počnemo? Ste dosledni? Pa ponovimo!

Ko zakašljamo, se obrnemo stran od sogovornika in zakašljamo v robček ali rokav. Nikoli ne kašljamo v roko ali v drugega poleg sebe.

Zelo pomembno je, da smo pozorni na čiste roke. Z rokami prenašamo številne škodljive mikroorganizme. Roke si vedno umijemo po uporabi stranišča, vedno preden gremo na obroke v jedilnico, umijemo si jih vedno, če so vidno umazane, po končani terapiji ali drugem delu, tudi po prhanju, kopanju in podobno.

V zimskih mesecih moramo poskrbeti tudi za prezračevanje prostorov. Tako osvežimo zrak in preprečimo, da se virusi prekomerno razmnožujejo.

Dnevno moramo na svež zrak, da dobro predihamo pljuča. Predhodno se moramo toplo obleči, ko pa pridemo v notranje prostore, se slečemo in odkrijemo pokrivala.

Želim vam veliko zdravja v prihajajočih zimskih dneh!

Natalija Koprivnik,

dipl. med. sestra, vodja službe ZNO

(odlomek je bil predstavljen na domskem radiu)



Letovanje na Lisci / junij 2016



Literarna zakladnica





Prelepa Dolenjska

Prelepa si, moja Dolenjska, obdana s tisoč gozdovi.
Od severa do juga razkazuješ lepoto svojo.
Na gričih, kjer cerkvice stoje, s trsjem si posajena,
ki kmetiču so v ponos in prijateljem si predana.
Ne more te nihče pozabiti, ker lepa si kot nevesta.
Vsa tvoja lepota se skriva v letnih časih.
Najlepša si pozimi, ko se v soncu sneg iskri
in kmetič se malo umiri.
Lepa si, Dolenjska, še godci ti pesem pojo,
tako kot doma tudi na tuje pesem o tebi neso.

Marjan Novak

*Za prijatelje si je treba čas vzeti,
se poveseliti in kdaj znat' potrpet'... saj za prijatelje
je dobro le najboljše.*
(Andrej Šifrer)



Značilnosti krajev, kjer smo bivali

Svoja druženja v skupini večkrat popestrimo s kakšnimi zanimivimi temami. Člani skupine so tako predlagali, da vsak pove, od kod je. Se pravi, da pove, kje je preživel otroška leta. Potem pa je pogovor stekel o tem, po čem ti kraji izstopajo, po čem so znani, kateri hrib je v bližini, katera reka teče skozi kraj ali ob njem, kateri znani pisatelj ali pesnik se je rodil v njem ...

Takole smo skupaj opisali te kraje:

Kraj in kdo je tam živel	Značilnosti
Ljubljana: Anica Zarač, Anka Plavšič, Marija Ambrožič, Milomir Glamočanin	Je naše glavno mesto. Trenutno se največ govori o Nogometnem klubu Olimpija (postali so državni prvaki) in njihovih navijačih. Najbolj znana reka v tem mestu je Ljubljanica. Leta 1895 je mesto doživelo hud potres, takrat je bil župan Janez Hribar. Najpogostejše omenjena izletna točka je Šmarna gora, kjer je maja vsako leto organizirano kresovanje.
Vinica: Anica Tomec	Je majhen, obmejni kraj ob reki Kolpi. V njem se je rodil Oton Župančič.
Maribor: Irena Kuštrin	Naše drugo največje mesto. V mestu deluje nogometni klub Maribor, njihovi navijači Vijole pa so bili letos razočarani, saj je klub premagala Olimpija – njihov večni rival. Skozi mesto teče reka Drava. V njem najdemo tudi najstarejšo trto. Prebivalci se radi sprehodijo na Kalvarijo in Piramido.
Medvode: Maruša Čarman	V kraju se reka Sora izliva v Savo. Kraj je znan po tovarnah: Color, Donit in hidroelektrarni. V bližini je hrib Grmada.
Celje: Marta Žnider Nives Kavčič	Je tretje največje mesto v Sloveniji. V njem so živeli Celjski grofje, zato mu rečemo tudi knežje mesto. Včasih je bilo znano po tovarni Emo, danes pa po tovarni Aero in Zlatarni Celje. Skozi mesto teče reka Savinja. Stanovalci gredo radi na Celjsko kočo.
Cerknica: Sonja Kebe	V kraju je jezero, ki v sušnih obdobjih presahne. Skozi kraj teče reka Cerkniščica. V bližini je hrib Slivnica, ki naj bi bilo domovanje čarovnic. V času pusta je najpogostejša maska čarovnica.
Trbovlje: Irena Kužnar	Ob mestu teče reka Sava, in pa Trboveljščica. Kraj je znan kot rudarsko mesto. Najbolj znan je dimnik elektrarne, ki je najvišji v Evropi (360 m). V bližini je hrib Kum, priljubljena izletniška točka.



Jezersko: Irena Polc	To je podeželski kraj. Tu izvira reka Kokra. Večinoma se prebivalci ukvarjajo s kmetijstvom in turizmom. Pomembna izletniška točka je Češka koča, s katere je lep razgled na Jezersko.
Brestanica: Milena Šerbec Stanka Vreča	Najbolj znan je grad Rajhenburg, kjer so živeli tudi Trapisti (red menihov), ki so izdelovali sir in čokolado. Recept za čokolado so potem ob odhodu predali tovarni Imperial Krško. Grad je ob reki Savi. V času vojne je bil v gradu zapor - Nemci so od tu pošiljali ljudi v taborišča. V kraju se je rodil Adam Bohorič, jezikoslovec.
Grosuplje: Olga Vugrin	Skozi mesto teče potok Grosupeljščica.
Dravograd: Marija Karničnik	V kraju teče reka Drava. V bližini je mejni prehod Vič. Tu je tudi hidroelektrarna Dravograd. Najvišji vrh občine je Košenjak.
Horjul: Franci Grbec	Leži ob potoku Horjulščica, ki se izliva v Ljubljano. V času druge svetovne vojne je tu delovala horjulska četa. V samem kraju je bila močna postojanka bele garde in domobrancev. Tu se je rodila Kristina Brenk.
Dobova: Karmen Lukica	Je obmejni kraj s Hrvaško. Tu je pomembna obmejna železniška postaja. V kraju so toplice Paradiso. Na širšem območju kraja najdemo pomembna arheološka grobišča. V bližini teče potok Negod.
Novo mesto: Manica Lamut Marjan Pavlin	Je Dolenjska prestolnica. Skozi mesto teče reka Krka. Najbolj znana tovarna je Krka, ki izdeluje zdravila. Že dolgo delujeta tudi Revoz in Adria Mobil. Na eni strani se nad njim vzpenjajo Gorjanci, na drugi pa Trška gora.
Podčetrtek: Zinka Pristušek	Najbolj je v teh krajih razvito vinogradništvo, pa tudi živinoreja. V kraju so toplice Terme Olimje. Nad samim krajem stoji grad, ki se je imenoval četrtek, ker je tam ob četrtnih graščak izrekal sodbe ali pa zato ker je bil na ta dan sejem. V bližini teče reka Sotla.
Raka: Urška Kodrič	Tu stoji grad Raka, kjer so imeli med drugo svetovno vojno Nemci postojanko. Po vojni so bile v gradu usmiljenke, sedaj pa je od leta 2014 v zasebni lasti.
Senovo: Marjan Jazbec	Je rudarski kraj, kjer so kopali rjavi premog. Rudnik je že nekaj časa zaprt. V kraju najdemo dva potoka Belščica in Dovški potok. Skozi Senovo je februarja šla XIV. divizija. V OŠ so imeli Nemci svoj štab. Pomembna izletniška točka je Bohor, kjer najdemo tudi nekatere redke rastline. Kulturno društvo deluje že 70 let.

Moja ugotovitev je bila, da vsi skupaj kar veliko vemo in poznamo tako kraje kot njihove značilnosti. Če ste članek prebrali, ste se o tem lahko prepričali tudi vi.

Zapisala: Tatjana Kolar, delovna terapevtka



Moj dom

Junija sem bila doma. Imela sem se lepo, doma, v svoji hiši. Morala sem vse počistiti, tako okoli hiše kot v hiši. Travo mi je pokosil sosed, mi jo pa drugače kosi komunala na 14 dni. V hiši sem morala pobrisati prah, saj ga je bilo že veliko. Pomila sem tudi okna, pohištvo in tla. Tudi kuhala sem. Kupila sem mleto meso in si naredila čevapčiče, pleskavico in polnjene paprike. Sicer so mi rekli, da mi bodo hrano nosili, pa sem si raje sama skuhala. Vsak dan je prišla na obisk nečakinja Mirjana Rodman. Skuhali sva si kavico in se pogovarjali. Videla sem se tudi s sosedi. Hvala, Mojci, da mi je omogočila ta izhod. Še si želim iti.

Anica Tomec

Obisk

Na začetku maja 2016 sem dobil obisk. Obiskali so me oče France, sestra Nežka in sestra Ana. Pripeljala jih je Nežka. Oče je pri 83. letih še kar dober. Ob obisku sem se spomnil, kako smo se imeli, ko smo

bili še otroci. Oče je po navadi takoj po prihodu iz službe (bil je cestni delavec), povedal kakšno šalo, mama pa se je ob tem jezila. Nekatere šale namreč niso bile ravno primerne za nas otroke. Oče se je ob tem kar nasmejal. In nato znova povedal šalo. Mi pa v smeh. Večkrat nam je tudi govoril o tem, kako je bilo, ko je služil v vojski. Seveda smo se tudi ob tem velikokrat nasmejali in ga radi poslušali, saj je znal zelo zanimivo pripovedovati.

Oktobra 2016 pa so me domači vzeli domov za nekaj dni. Doma sem počival, dobro jedel in peljal psa na sprehod. Bilo mi je lepo in bil sem zelo vesel. Domov me je peljala socialna delavka Zdenka, nazaj pa sestra Nežika.

Franci Grbec

Ničemur se ne čudi

Pri nas doma krav in bikov ne pasemo. Imamo jih v hlevu. Tja jim prinesemo vse za jesti. Privezane so pri jaslih in samo jejo. Drugače ves dan poležavajo in prežvekujejo.

Mama me je naučila še molsti. Toda prej je treba še



počistiti, kjer krava leži. Mama da kravi prej tudi jesti, da je krava potem med molžo bolj mirna in da ne opleta z repom. Kako se molže? Sedeš na stolček h kravi, vedro držiš med nogami. Krava ima štiri seske in vsak sesek posebej vlečeš navzdol in medtem stiskaš. Tako iz seskov brizga mleko v vedro.

Pišem, kot da bi bila mama še živa, pa ni več. Po njeni smrti je hlev ostal prazen. Drugi so šli vsi v službo ali šolo in tako ni bilo nikogar, ki bi delal v hlevu. Živali smo prodali.

Spominjam se še, kako je mama vsak dan nakosila (razen pozimi) cele gore sveže trave za živali v hlevu. Konju je dala oves. Pozimi so živali jedle seno, repo, kolerabo in korenje. Le konj je lahko šel iz hleva. Vlekel je voz na njivo ali travnik, jaz pa sem morala z vejo braniti konja pred obadi. Živali v hlevu so ležale, le konj je vedno stal. Pravijo, da konj živi petsto let. Tega naš konj ni dočakal, ker so ga prej odpeljali. Mami pa se moram zahvaliti tudi za mleko. Še iz sednjih vasi so hodili k nam po mleko.

Maruša Čarman

O meni

Predstavim se: sem Dolfi Stojnšek. Sem v najboljših letih. Doma sem iz Rogatca. Tukaj živim že 23 let. V Impoljci rad pijem kavo in delam v zaposlitveni skupini pri inštruktorju Matiji. Izdelujem papir. Ukvarjam se s športom, ki ga spremljam tudi na televiziji. Sicer igram namizni tenis in igre z žogo. Rad plavam. Z vsemi se dobro razumem, čeprav bi bilo lahko še bolje.

Dolfi Stojnšek



STOLP, avtor: Milan Borštnar

Tehnika profane arhitekture, material: les

Obisk rodne vasi

Komaj sem čakala, da grem domov po dolgem času. Pa sem dočkala. Dve uri smo se vozili. Ustavili smo se na pokopališču, nato v moji hiši in nazadnje pri sestri v Renčah. Jedli smo pršut s sirom, kot se spodobi za Primorce. Bilo je enkratno in ostalo mi je v lepem spominu.

Suzana Bratož

Moj kuža Medo

Psa sem dobil od poštarja iz Artič. On je poznal gospodarja, ki je imel mladiče in me je povprašal, ali bi želel imeti enega. Prinesel mi je še čisto mladega kužka. Bil je mešanček, z gosto, dolgo dlako. Zato sem mu dal ime Medi, ko je zrasel, pa sem ga klical Medo. Povsod mi je sledil. Zelo je bil priden in ubogljiv. Potem ga je nekdo poškodoval, ali pa ga je morda zadel avto, in moral sem ga odpeljati k veterinarju. Zelo mi ga je bilo žal. Še sedaj mislim nanj. Tudi domskega psa, Ajša, je Lili kdaj pripeljala k meni. Samo, to ni moj pes in zato nisem nanj navezan tako, kot sem bil na svojega Medota.

Jože Kostanjšek

Moji spomini na študentska leta ...

my memories of student life ...

meine erinnerungen auf studenten jahre ...

Po koncu srednje šole sem se odločila za študij dveh jezikov, angleškega in nemškega. Želela sem si delati v kakšni pisarni, kjer bi uporabljala ta dva jezika. Kot učiteljica teh jezikov si nisem želela biti zapo-

slena. V zadnjem letniku sem bila na zdravljenju v bolnici v Polju. Kot študentka sem veliko in z veseljem brala. Izpite sem vse delala v rednih rokih. Za angleščino so vaje potekale tako, da smo se morali v celoti pogovarjati študenti med seboj in s profesorjem samo v tem jeziku. Enako je bilo pri nemščini. Imeli smo predmete iz književnosti in slovnice.

Že v srednji šoli sem šla v London za štiri mesece, kjer sem bila pri družini kot varuška. Hkrati pa sem se učila jezika. Varovala sem dva fantka, Brenda in Paula. Bila sem tudi v Frankfurtu. Tam sem bila dva meseca v nekem podjetju, kjer sem knjižila fakture. Tako sem se naučila tudi nemščine.

Leonida Grojzdek

V tujino

Bilo je mlado dekle in nikoli ni pomislilo, da jo bo pot življenja zapeljala v tujino in to na Švedsko. Kako se bo reva znašla med tujimi ljudmi, je včasih premišljevala mati, toda Jasni je prav dobro šlo med tujimi ljudmi. Nikoli ni potožila, da ima težave ali da ji je dolgčas. Tako se je znašla v tujem svetu, polnem zlobe, in tu in tam je nastal problem, za katerega se ni zmenila. Rada je delala z ljudmi, če ravno za ceno svojih otrok. Ni pomislila, v kaj se nehote spušča, toda imela je srečo, da se je kmalu poročila z dobrim človekom, ki jo je popeljal skozi mestni prestiž in ustvarila sta si družino, ki je bila Jasni življenjski cilj. Dosegla je življenjski cilj, ki ga sama ni nikoli imela.

S polnimi pljuči je zajemala sveži zrak, ki je že dišal po jeseni. Kako bi mogla pozabiti resnih materinih besed, ki so ji očitno pomagale: Jasna ne pozabi, kje mati te je rodila in vedno spomni se, kje dom je tvoj

... Solze so polzele po bledih licih, posušile so se z bolečino v srcu. Čutila je materino žalost.

Težka je mladost, če je družina revna in živi v stari, popravila potrebni hiši. In ravno njihova hiša na koncu vasi čaka na popravilo. Kako je to žalostno, da nekoga, ki je duševna bolnica, sovražijo. Približno deset let je Jasna v zavodu.

Končno je mati spoznala, da hčerka ne more biti več v tujini, zato je pisala, da se vrne domov. Mir je potrebovala, pa ga v zavodu ni našla. Zato se je vrnila domov med domače loge, jase ter širne travnike in polja. Med prijatelje, znance, starše, brate in sestre ...

Kristina Murn

Svet zase

Vsak hrib je svet zase ...

tu rastejo spomladanske cvetlice,
tam nekaj drugega.

Tudi pogled na ravnino sprošča.

Poznam ravninske rože, kot so:
močvirski tulipan, kalužnice in kron'ce.
Res je cel svet razgiban.

Mirko Japelj

Moja ljubezen

Ljubiti nekoga, res je lepo,
z njim se voziti pod širno nebo.
Ko ladja prihaja na onkraj morja,
nikoli ne pozabi,
da moja ljubezen si bila.

Milan Pahole

Rada sem tu

V Impoljci sem že 21 let, tako vsaj mislim, lahko pa, da je tudi že več. Tukaj sem zelo zadovoljna. Impoljca je najlepši dom v Sloveniji. Tukaj imamo razne prireditve, npr. za pusta smo imeli maškarado, plesali smo ob živi glasbi. Čas je kar prehitro minil.

Zelo rada imam gospoda Gašperja, ki nam zaigra na klavirsko harmoniko, klaviature in kitaro. Zraven tudi zapoje, pove kakšno šalo, tako čas v zaposlitveni skupini hitro mine.

Hodimo tudi v hribe. Šli smo na Lovrenc, pa še kam bi jo mahnila. Imela sem svojega Vilija, skupaj sva bila 21 let. Imela sem ga zelo rada. Kupil mi je sok, kavo in cigarete. Bil je zelo dober.

Irena Župnek

Moja izkušnja bivanja na Impoljci

Še dva dni in odšla bom domov za stalno. Na Impoljci sem preživela sedem mesecev.

Grem zato, ker je moja družina daleč. Če pridejo pome, si morajo vzeti dopust.

Rada bi bila bližje hčerki Larisi. V Zagorju, od koder sem doma, bom hodila s sestro na sprehod in mami bom kaj pomagala.

Na Impoljci se drugače dobro počutim. Sestre so prijazne. Mislila sem Lili in ostale. Moti me, da moram zgodaj vstajati. Rada bi spala dlje. Rada bi se kopala dvakrat na teden, pa se samo enkrat.

Tu Imam veliko prijateljc. Tukaj je drugače lepa okolica. Čistilke pogosto čistijo, zato bi Impoljco pohvalila.

Amaliya Juvancič

Glasba nas povezuje

Zbrali smo se v domu Impoljca, kjer smo počakali še stanovalce domov iz Brežic in Sevnice. Najprej je imela govor direktorica. Nastopali so pevski zbori vseh treh domov. Komaj sem čakala, da se po nastopu preoblečem in nadiham zraka, do kosila pa mi ni bilo. Ko sem se spočila, sem napisala tale prispevek.

Cvetka Žerak

Kadar pojem, mi je lepo. Glasba je bila vedno moje veselje. Ko sem obiskovala vzgojiteljsko šolo, sem igrala tudi na klavirsko harmoniko, ki sem se jo sama naučila igrati. Mama me je peljala k učitelju klavirja, gospodu Bastelu, na Gorenjsko.

S pevskim zborom Zarja smo obiskali Dom upokojencev Šmarje. Peljal nas je gospod Gašper, ki nas je tudi pripravil za nastop. Zapeli smo nekaj priljub-

ljenih domačih pesmi, vsi skupaj pa smo zapeli: Mi imamo se radi. Poslušalci so nam namenili velik aplavz, tudi med prepevanjem so nas spremljali s ploskanjem. Po nastopu smo imeli kosilo, za p obedek pa je vsak dobil sladico v obliki srčka. Ker smo šli na nastop, smo se pred nastopom še malo potepali. Ustavili smo se na kavi v Podčetrtku in v prijetnem vzdušju poklepetali.

Prav tako smo obiskali Dom upokojencev Brežice, kjer je potekala pevska revija zborov domov Posavja. Revija je potekala lepo, najlepše pa je bilo, da smo vsi zmagali. Revija je potekala približno eno uro, sprejela nas je gospa Valentina Vuk, nagovor in pozdrav pa je imela gospa direktorica. Prisoten je bil tudi gospod župnik. Po reviji smo bili vsi pogoščeni s kosilom, nato pa smo za mizo še kakšno zapeli, nakar sta nas Gregor in Gašper odpeljala domov, na Impoljco, kamor smo prispeli skoraj v nočnih urah.

Mira Pirman



Prisrčen nastop otrok POŠ Studenec / marec 2017



Sadimo, zalivamo, okopavamo ... radi vrtnarimo

Lahko se pohvalimo s kar velikim vrtom, ki je včasih celo prevelik, če nam ne uspe vsake zeli sproti izpuliti. No, če nam vreme ne nagaja preveč, potem ni težko vzdrževati urejenih gredic, saj je med nami veliko pridnih vrtnarjev. V letu 2016 smo nadaljevali aktivnosti z organizirano skupino stanovalcev, ki sodelujejo v hortikulturni terapiji (HT). Terapija se izvaja na vrtu v neposredni bližini zavoda, na enotah v dnevnih prostorih in v domskem parku za A enoto, kjer se je v jesenskem obdobju pospravljalo odpadlo listje. Ker so tudi te aktivnosti vezane na urejanje zelenih površin, so del hortikulture terapije.

V hortikulturni terapiji je skozi vse leto sodelovalo 13 različnih stanovalcev iz enot A, D in GS Studenec. Na vrt smo se odpravili od dva do trikrat tedensko, od maja do konca oktobra, v dopoldanskem času in v času po kosilu, odvisno od vremenskih pogojev. Vzgajali smo posevke nizkega fižola, zelene solate, jedilnih bučk, peteršilja, rdeče redkvice, papriko, krompirja in več vrst cvetja. Vso vzgojeno zelenjavo smo očiščeno oddajali v kuhinjo, dišavnice pa so se predhodno posušile in po tem ravno tako oddale v kuhinjo. V okviru HT je bila v avgustu organizirana delavnica »Domači čips«. Iz krompirja, ki smo ga sami pridelali, smo spekli čips in k sodelovanju povabili druge, ki so večji v kuhinji. V decembru smo izpeljali zaključno srečanje vseh stanovalcev, ki so sodelovali v hortikulturni terapiji in skupaj z vrtnarjem Alešem že oblikovali okviren načrt za leto 2017... saj zima ni dolga, pravi vrtnarji pa imajo nekaj počitnic le pozimi.

*Lili Merlino, dipl. delovna terapevtka
Aleš Mlakar, agronom*

Sajenje paradižnika

Po zajtrku smo se na vrtu zbrali z negovalko Ivico. Odločili smo se, da posadimo paradižnik. Z roko smo v zemljo zasadili kole in poleg sadike. Ker je bila zemlja mokra, smo bili vsi zelo blatni. Po kosilu smo šli še kositi. Rajko je kosil s kosilnico. Dva sva grabila, dva sta odnašala kupe trave na kompost. Kosimo na vsakih 14 dni, če je le vreme ugodno.

Cvetka Žerak

Marinka

V Boštanju sva se spoznala. Marinka je zelo pridna, najraje skrbi za vrt. Na vrtu veliko pridelava. Nabirava borovnice. Ko sem zbolel, mi je Marinka stala ob strani. Hodiva tudi na sprehode. Imava se zelo rada. Lojz nama je pripeljal nov televizijski sprejemnik. Aprila bomo praznovali 10 let bivalne enote Boštanj.

Martin Cerovšek

Ena najbolj čudovitih lastnosti pravega prijateljstva je to, da razumeš in si razumljen.

(Seneka)

Telovadba

Ko lonec z vodo šumlja, ha ha, nam gospa Teja kavo kuhat da. Katera zmora, z njo telovadi, a prav vsaki na koncu kavico da.

Marta Kačič

»Z gibanjem do veselja in zdravja« – projekt 2016

V letu 2016 smo načrtovali projekt: »Z gibanjem do veselja in zdravja«. Projekt promovira zdrav slog življenja. Imenovana je bila delovna skupina. Vodja je bila gospa Darja Cizelj. Projekt je bil namenjen stanovalcem, zaposlenim in tudi povezovanju z lokalno skupnostjo.

Izhajajoč iz potreb po telesni aktivnosti in problematike povečane telesne teže pri stanovalcih, smo poleg že utečenih dejavnosti (Mavrični program hoje, interesne dejavnosti na športnem področju, sprehodi, jutranja telovadba, ples, Specialna Olimpijada Slovenije, delo strokovnih služb: FZT, DT, SP, služba ZNO, služba SO), še skozi nekatere nove programe (Bio-sinhron, Simbioza giba, vključitev v

Wellness program SOS, radijske oddaje o zdravem življenjskem slogu: zdrava prehrana, pomen gibanja in pomen gibanja na svežem zraku ipd.), spodbujali stanovalce in zaposlene k vključevanju v razpoložljive fizične aktivnosti.

Jožica Piltaver, specialna pedagoginja

Teden Simbioze giba

V času med 10. in 14. oktobrom 2016 smo v okviru akcije Simbioza giba, pod sloganom »Vse življenje se gibamo!«, zamigali tudi v našem Domu.

Uradno otvoritev smo začeli s ponedeljkovim plesom ob prijetni družbi učencev OŠ Blanca. Prijetno sproščeno vzdušje se je nadaljevalo v torek ob vajah pod budnim očesom naših fizioterapevtk. S terapev-



»Simbioza giba«, ples z učenci OŠ Blanca / oktober 2016



tskim pripomočkom v obliki pedalnega vadbenika smo si razgibavali sklepe in krepili mišice zgornjih in spodnjih okončin ter nato s pomočjo Biosinhrona izvedli magnetno terapijo in refleksno masažo stopal. Kondicijsko najbolj produktivni so preizkusili tudi sobno kolo ter se »odpeljali« nekaj kilometrov proti Sevnici.

V sredo smo se pomerili na športnem poligonu, ki ga je pripravila specialna pedagoginja Jožica. Dobra smo preizkusili svoje gibalne sposobnosti med vijuganjem okoli ovir z žogo, metanjem žogic v koše, lovljenjem ravnotežja ob gredi, metanjem obročev in še in še.

Že dodobra timsko ogreti smo z veseljem pričakali četrtek, ko smo se pomerili v balinanju ter priredili pravo pravcato ekipno tekmovanje. Na sproščen in ne preveč naporen način smo svoje spretnosti ravnotežja, koncentracije, orientacije in moči preizkusili tudi z različnimi drugimi športnimi rekviziti.

Celotedenski sklop aktivnosti smo v petek dopoldne zaključili s skupinsko aerobiko dveh gostujočih gospa, v sodelovanju s KŠTM Sevnica. Ob prijetni, ritmično vodeni glasbi smo izvajali različne gibalne strukture. Glede na hitrost glasbe se je intenzivnost vadbe povečevala, s tem pa smo krepili večje mišične skupine in telesno kondicijo.

Tovrsten teden nam je ponudil obilo priložnosti za izboljšanje kakovosti življenja skozi športne dejavnosti.

Hvala vsem gostujočim!

Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka

Specialna Olimpiada Slovenije

V petek, 20. 5. 2016, se je šest tekmovalcev DUO Impoljca udeležilo 23. regijskih iger SOS ljubljansko dolenjske regije v atletiki. Igre so potekale v Ljubljani na atletskem stadionu Kodeljevo in v športni dvorani Slovan v neposredni bližini stadiona. Prireditelj iger je bila Specialna Olimpiada Slovenije, organizator pa Center Janeza Levca Ljubljana. Sodelovalo je 20 ekip iz regije, skupaj 352 tekmovalcev. Tekmovalce sva spremljala delovni inštruktor Slavko in specialna pedagoginja Jožica, ki sva v zadnjih mesecih (april, maj) vodila tudi individualne treninge z našimi športniki v domskem parku in bivalnih enotah. Sam dan je potekal po naslednjem redu: v Ljubljano – športni park Kodeljevo smo prišli dokaj zgodaj in prijavi tekmovalce in spremljevalca. Po sestanku vodij ekip je potekal zbor vseh tekmovalcev na stadionu s slovesnim »vkorakanjem«. Sledil je kratek kulturni program s pozdravi organizatorja, predsednice društva Sožitje dr. Katje Vadnal in župana občine Ljubljana gospoda Zorana Jankoviča ter sama otvoritev iger. Tekmovanja s podelitvijo priznanj so potekala od 10. do 13. ure. Športniki so tekmovali v različnih disciplinah: teki na 50 m, 100 m, 200 m in štafeta, met žogice, suvanje krogle, skoki, namizni tenis in elementi košarke. Naši tekmovalci so se pomerili v teku na 50 m, teku na 100 m in v metu žogice. Dosegli so odlične rezultate:

- Tadeja Čuješ – v metu žogice 2. mesto – srebrno medaljo
- Miran Zeko – v teku na 50 m – 2. mesto – srebrno medaljo
- Jasna Tukara – v metu žogice – 3. mesto – bronasto medaljo
- Srečko Zagvozda – v metu žogice – zlato medaljo



- Peter Košak – je bil žal diskvalificiran v teku na 100 m
- Albin Kozamernik – v teku na 100 m – zlato medaljo

Po razglasitvi rezultatov je sledilo okusno kosilo in druženje v gostišču Portal – v prijetnem ambientu ob Ljubljani in vožnja domov z lepimi vtisi.

Jožica Piltaver, specialna pedagoginja

Fitnes v Laškem

Lansko leto aprila smo začeli hoditi na fitnes v zdravilišče Laško. Z gospodom Matijem in gospodom Slavkom smo se odpeljali v Laško. Tam so nas najprej stehali, potem smo imeli predavanje o zdravju. Povedali so nam, kako je kajenje škodljivo, kako pomembna je higiena rok, zob in celega telesa. Na koncu so nas pogostili. V zdravilišču Laško smo

se tudi kopali. V fitnes smo hodili dva krat na štirinajst dni. To je bilo ob sredah in petkih. V tem času sem shujšala štiri kilograme. Najprej sem skakala čez kolebnico, delala trebušnjake in vozila sobno kolo. Bilo mi je zelo všeč. Rada bi še vse to ponovila.

Danica Juvančič

Wellness »Fit in sit«

V času med 15. marcem in 15. junijem 2016 je potekal projekt Wellness Specialne Olimpiade Slovenije, kot je bil zastavljen. Od štirih predvidenih seminarjev v zdravilišču Thermana Laško so bili realizirani trije. Na njih smo bili udeleženci izobraževani o pomenu zdravja, dobrega počutja, pravilne športne aktivnosti in optimalnega režima prehranjevanja ter hidracije. Deležni smo bili obroka začrtanih smernic in kopanja v bazenih. Poleg tega smo vodili dnevnik prehranjevanja, se o tem vsakodnevno



Športno zabavne igre PSVZ Slovenije v Lukavcih / maj 2016



pogovarjali, razmišljali in dnevno delovali v okvirih projekta. Za obiske seminarja in tedenske obiske fitnesa v Sevnici, je bila za sodelujoče nakupljena športna oprema. Pripravili smo seminarsko nalogo, ki smo jo predstavili na tretjem terminu seminarja vsem udeležencem.

Tedensko smo se udeleževali enournega obiska Fitnesa v Sevnici. Pri sodelujočih je bil opazen napredek v smislu ozaveščenosti, pridobitve športne discipline in duha kolektivne pripadnosti.

Stanovalci povedo, da so bili z udeležbo izredno zadovoljni, saj so spoznali dimenzijo zdravstveno-vzgojnega poslanstva, druženja in smernice za prihodnost, za bolj zdrav način življenja. Ob koncu smo udeleženci pridobili potrdilo o uspešno opravljenem izobraževanju.

Mentorja sva jih spodbujala, redno ustno poročala pristojnim o tekočem poteku projekta, pomagala pri utrjevanju nujenih znanj in zdravih navad. Velik podarek pa sva namenila varnosti, zlasti pri aktivnostih v fitnesu, saj sva bila na začetku s strani domskih fizioterapevtk opozorjena na specifiko motoričnih stanj, značilnih pri populaciji našega doma.

Vsi udeleženci so uspešno zaključili projekt, razen Ire-



Barvit nastop otrok vrtca Sevnica / junij 2016

na Župnek, ki je bila na lastno željo ob samem začetku izločena, nadomestila jo je Julita Brodnik.

Vsi: Julita Brodnik, Danica Juvančič, Miran Zeko, Muharem Kumalić, Dolfi Stojnšek, Slavko Eisenkoler in Matija Dobovšek smo hvaležni za realizacijo projekta, za novo pridobljena znanja in vse trenutke, ko smo združili prijetno s koristnim, zato si takih ali podobnih projektov želimo in obetamo tudi v prihodnje.

*Matija Dobovšek in Slavko Eisenkoler,
delovna inštruktorja*

Interesne dejavnosti

V našem Domu se zavedamo, da kvalitetno preživljanje prostega časa s spodbujanjem k različnim aktivnostim ni vezano le na kronološko starost. Staranje prebivalstva povečuje družbena pričakovanja, le-te pa iščejo nove načine opredelitve dejavnega staranja, upošteva družbeno, ekonomsko in politično komponento. Boljši življenjski pogoji omogočajo podaljševanje življenjske dobe, s tem pa naraščajo tudi vse večje potrebe po organiziranih oblikah storitev in druženja. Integracija vseživljenjskega učenja na horizontalni in vertikalni ravni prispeva



»Pod pisanimi notami spomina«, 5. likovna kolonija / oktober 2016



k izgradnji boljše družbe in višje kakovosti življenja. Ustvarjanje v prostem času nudi vir sprostitve in predanosti določeni aktivnosti, ki neredko vpliva na življenjski slog, zdravje, medosebne odnose, dobro počutje, produktivnost in vključevanje v družbo. Slednja ne le spodbuja k sodelovanju, temveč tudi daje občutek vrednosti in pripadnosti. Posameznik, kot aktiven udeleženec v dejavnosti, deluje in izraža svojo osebno avtonomijo, z vidika aktivnosti, zdravja, neodvisnosti in produktivnosti.

V okviru službe SSO nudimo številne pristočasne dejavnosti v obliki družbenih (pomoč drugim, družabništvo, biti potreben družbi), doživljajskih (sprostiti se, zapolniti svoj čas) in razvojnih (izražanju ustvarjalnosti, učenju, fizični in psihični kondiciji) aktivnosti. Le-te se lahko prilagajajo sposobnostim posameznika s poudarkom na samoaktualizaciji, bodisi v obliki pasivnega sodelovanja - gledanje oddaj, branja knjig, časopisov in revij, brskanje po računalniku, petje, poslušanje glasbe ..., bodisi v obliki aktivnih dejavnosti. Slednje izvajamo vsak dan, in sicer v obliki jutranje telovadbe na vseh enotah,



MAKOVO POLJE, izdelek likovne delavnice
Slikarska tehnika - akvarel

v sklopu vseh osmih zaposlitvenih skupin v dopoldanskem času, Mavrični hoji dvakrat na teden, rednega sprehajanja psa Ajša, mesečnih plesov v telovadnici in vadbe na biosinhronu.

V okviru popoldanskih aktivnosti izvajamo tudi interesne dejavnosti, ki jih posameznik izbere prostovoljno, in sicer v obliki športnega krožka (nogometa, košarke, odbojke, namiznega tenisa, balinanja, hitre hoje, teka, pikada), krožka aerobike, in krožka čiščenja okolice. V okviru PSVZ Slovenije, MC Krško in KZŠTM Sevnica pa redno tekmuje na športno-zabavnih igrah ter aktivno sodelujemo v projektu Simbioze giba.

S širokim naborom interesnih dejavnosti posameznik lahko tako le še dodatno krepí svojo neodvisnost in opravlja nadzor nad lastnim življenjem ter s tem pomembno vpliva na razvoj odnosa do življenja in mentalnega zdravja. Učinki se izkazujejo v obliki čustvenega blagostanja in povečanja sposobnosti k učinkoviti redukciji stresorjev.

Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka



BARVNI MOZAIK, avtorica Metka Haler
Mešana tehnika – pirografija, tempere



Pohodništvo

Okoli devete ure zjutraj smo se s skupino bivalnih enot odpravili v hribe s kombijem in avtomobilom. Nekaj časa smo se peljali, nato parkirali in se peš pognali po strmini navzgor.

Hodili smo po travnikih in po gozdu. Na vrhu smo občudovali prelepo naravo in razgled. Osvojili smo kar nekaj vrhov, kot so Topolovec, Okič, Mrzla Planina, Sv. Rok, Bohor, Lovrenc, Lisca in Skalica. Na vseh teh vrhovih smo uživali svež zrak in ostale čare narave. Vedno se vrnemo domov dobre volje. Zahvaljujem se vsem, ki so bili z nami na teh pohodih.

Muharem Kumalić

Sprehod

Popoldan smo se z negovalko odpravili iz bivalne enote Boštanj peš v Mrtovec. Med potjo smo nabrali nekaj zvončkov. Hodili smo po pločniku. Ko smo prišli v bivalno enoto v Mrtovcu, smo se malo odpočili in poklepetali. Ta sprehod mi je bil všeč, saj smo bili zdoma tri ure in dobro sem si razgibal mišice. Spomnil sem se na pregovor: »Zdrav duh v zdravem telesu«.

Muharem Kumalić

Gibanje ... masaža ... magnetna terapija ... z BioSinhronom

BioSinhron terapija je terapija z aparatom, ki združuje kombinacijo fizikalne in magnetne terapije. Traja 20 minut. Je edinstvena terapija, ki hkrati za-



Pohodniška skupina bivalnih enot na Gorjancih / oktober 2016



Športno zabavne igre PSVZ Slovenije v Lukavcih / maj 2016



Razgibano na svežem zraku / junij 2016

gotavlja tri dejavnike: magnetno terapijo, refleksno masažo in gibanje.

V Domu smo v okviru delovne terapije oblikovali skupino slabše mobilnih stanovalcev, ki imajo težave s prekomerno telesno težo in jih redno tedensko vključujemo v skupinsko BioSinhron terapijo, pod vodenjem delovne terapevte.

Vedno najprej poskrbimo za namestitve magnetne enote na mesto bolečine ali na mesto, kamor se mora enota namestiti za ublažitev psihičnih simptomov (tesnoba, depresivnost, stiskanje v predelu srca) ter nastavimo aparat na ustrezno frekvenco.

Nato začnemo masažo refleksnih točk na stopalih. Ko so stopala že prijetno topla zaradi učinka masažnih kolesčkov, začnemo stepati oziroma izmenično pritiskati na stopalki. Pri tem smo pozorni na pravi položaj ob tej aktivnosti, to pomeni, da je trup vzravnjen (ne naslonjen na naslonjalo stola), kot v kolčnih sklepih je približno 90 stopinj kot v kolenskih sklepih približno 100 stopinj, roki pa prosto počivata v naročju ali pa smo s podlahtjo oprti na naslone za roke na stolu. Stepamo 15 minut.

Če komu med tem začne zmanjkovati moči, vmes počiva. Vendar se svetuje, da odmori niso daljši od ene minute. S stepanjem v 15. minutah dosežemo podoben učinek kot bi ga z eno uro hoje.

Seveda se v toplejših mesecih najraje odpravimo na sprehod z vsemi, ki to zmorejo. Vendar pa ta pripomoček zadovoljno uporabljamo s tistimi, ki daljšega sprehoda, zaradi različnih dejavnikov, ne bi zmogli.

Lili Merlinn, dipl. delovna terapevтка

200. radijska oddaja v letu 2017

»Drage poslušalke, cenjeni poslušalci ..., to je jubilejna 200. oddaja, do katere smo prišli v 10. letih neprekinjenega delovanja, zato lepo vabljeni k poslušanju posebne oddaje ...« No, približno tako se bo začela letošnja posebna oddaja, ki ji bomo lahko prisluhnili predvidoma v mesecu septembru. In če je v času interneta radio morda spregledan medij, verjamem, da pri nas ni tako.

Oddajam po domskem radiu radi prisluhnejo številni poslušalci in v njej aktivno sodelujejo s prispevki. In tako se lahko preizkusijo v še eni vlogi - v vlogi novinarjev, ki pripravljajo poročila o dogodkih. In kaj smo v teh letih pripravljali? To, kar menimo, da stanovalce pritegne in zanima, kajti v prvi vrsti so oddaje namenjene njihovem informiranju. Pravzaprav imamo čisto pravo lokalno radijsko postajo in poročamo o vsem, kar se dogaja v našem malem mestu - na Impoljci.

Voditelji domskega radia so se skozi zgodovino menjavali, bile so tudi občasne prekinitve. Vendar od leta 2007 oddaje potekajo redno. V oktobru 2012 je bila na vrsti jubilejna, 100-ta radijska oddaja, v kateri smo pred mikrofonom, v našem studiu, gostili gospo direktorico, Andrejo Flajs. Tokrat pa smo tik pred 200. oddajo.

Trenutno so naše redne rubrike:

- Novice in obvestila o tekočih dogodkih ter aktivnostih v zavodu,
- poročila o našem sodelovanju na športnih, glasbenih in ostalih tekmovanjih oziroma prireditvah,
- napovednik obiskov in ogledov zavoda,
- pomembnejše novice iz sveta in Slovenije, iz političnega, kulturnega in športnega področja ter

zanimivosti iz sveta zabave,

- glasbene želje,
- čestitke za rojstne dneve,
- pohvale in zahvale,
- dobrodošlica novosprejetim stanovalcem,
- »Minute za zdravje« (rubrika o zdravem načinu življenja, ki jo pripravlja služba ZNO),
- pisni prispevki stanovalcev,
- »Vrednote za lepši svet in boljše počutje« (rubrika o najbolj cenjenih vrednotah, ki so pogosto spregledane v sodobnem svetu),
- »Bonton in olik« (rubrika o pravilih lepega vedenja).
- »... in seveda - na slišanje ob 300. oddaji.«

Lili Merlinn, dipl. delovna terapevtka

Vreme in meteorologija

Vreme je trenutno stanje v ozračju in pomeni, kakšno je trenutno stanje atmosfere v določenem kraju in času (temperatura, veter, vlažnost, stanje atmosfere itd.). Meteorologija je veda, ki proučuje vremenske spremembe in spremembe v ozračju v določenem časovnem intervalu in samih smernicah modelov. Za napoved vremena sinoptiki uporabimo najprej podatek o vremenu, samem razvoju računalniških meteoroloških modelskih izračunov, in na podlagi vsega tega računalnik simulira same modele in napovedi sinoptičnih modelov. Za napoved vremena uporabljamo predvsem model ecmwf in ncep-gfs (to sta globalna srednjeročna modela). In pa še preostale evropske in lokalne modele, kot so ARPEGE, AROME, ALADIN IN COAMPS. Večina centrov za napoved modelov se izračunava na vsakih 6 do 12 ur, preostali modeli pa na 3 do 6 ur. Sam

se ukvarjam in napovedujem vreme zadnjih 15 let aktivno, zanimati pa sem se začel že pred slabimi 25. leti. Bil sem tudi študent na FMF univerze v Ljubljani, a je bolezen hotela drugače. Sem pa uspešno opravil tečaj za napovedovalca (sinoptika) o vremenu.

P. s.: računalniki izračunavajo modele numerično, saj analitično to ni rešljivo in pri tem uporabljamo izračune s parcialnimi diferencialnimi enačbami, enote za fazne spremembe razvoja modela in samo simulacijo izračunov pa nato pokaže strežnik VISPRO (VISUAL SISTEM SIMULATION OF FORTRAN 2001).

Rok Strnad

Moje sanje o pradžnini

Sanjala sem, da sem ptica in kako letim. Zdaj so na zemlji majhne žuželke. Mislim, da so bile v pradžnini stokrat večje. Bili so tudi zmaji in dinozavri, pa mamuti. Te velike zveri so bile v pradžnini take, da je bil človek proti njim malenkosten. V sodobnem času ima človek močno pamet. Premagal je vse zveri. Ljudje imamo elektriko, ogenj, avtomobile, letala, radijski sprejemnik, televizijo, kamere. Zgradili smo velika mesta, vasi in ceste. Sanjala sem, kako sta nastala premog in nafta, ki ju potrebujemo za gretje, avtomobile, motorje, letala ... Velike živali v pradžnini so bruhale ogenj, da so gozdovi goreli. Zemlja se je pogrezala, bili so močni potresi in bruhali so vulkani. Lava je zasula gozdove in nastal je premog.

Maruša Čarman

»Živite lahko samo na dva načina.

Tako, kot da ni nič čudež, ali pa tako,

kot da je vse čudež.«

Albert Einstein

ŠOPEK, izdelek specialno-pedagoške delavnice, kombinirana tehnika





Projekt »Posavci beremo skupaj«

Projekt »Posavci beremo skupaj« je skupni projekt knjižnic Posavja na področju bralne kulture. V sklopu tega knjižnice v Posavju bralcem nudijo izbor kvalitetnejšega leposlovja, ki se ponaša z bogato zasedbo domačih in tujih avtorjev ter pestro vsebinsko problematiko.

Bralni projekt poteka v treh posavskih splošnih knjižnicah: Knjižnici Brežice, Valvasorjevi knjižnici Krško in Knjižnici Sevnica. Vsi, ki v projektu sodelujejo in preberejo vsaj pet knjig iz seznama, in tudi oddajo vsaj pet mnenj o prebranem gradivu, prejmejo knjižno nagrado. Izbor branja obsega 40 leposlovnih del domačih in tujih avtorjev, od tega pet pesniških zbirk in pet esejističnih del. Bralcem se ponuja raznovrsten, kritičen, aktualen izbor, upoštevajoč različne bralne okuse, a s skupnim imenovalcem: kakovostno.

V tem projektu smo prvič v lanskem letu sodelovali tudi bralci z Impoljce in tako še dodatno okrepili redno sodelovanje s Knjižnico Sevnica. Ena izmed bralk je prebrala toliko knjig, da si je prislužila knjižno nagrado. Vsi, ki so sodelovali v projektu »Posavci beremo skupaj«, so enotno poudarili, da bodo v tem projektu še sodelovali, ne glede na to, ali bodo prejeli nagrado ali ne, saj jim je branje v veliko veselje in jim pomeni njihov lastni svet svobode.

Lili Merlinn, dipl. delovna terapevtka

Izlet

V začetku maja smo imeli izlet enote B. Stanovalci so se prijavili na domskih skupnostih. Skupaj nas je bilo 48 (43 stanovalcev in 5 zaposlenih). Najprej smo se odpeljali do Čateža, kjer smo si ogledali

razstavo miniaturnih gradov, nato pa še v DU Brežice. Naslednji dan sem vprašala stanovalce o tem, kako so se imeli. Skupaj smo potem to tudi zapisali. Zanimalo me je:

- Ali jim je bilo všeč?
- Kaj so videli?
- Ali so bili utrujeni?
- Ali si želijo drugo leto tudi iti?

Marija Ambrožič: Jedli smo sendviče in pili sok. Bilo mi je lepo. Utrujena nisem bila. Bom še šla.

Milena Šerbec: Ogledali smo si makete gradov. Vsi so mi bili všeč. Potem smo šli še v Dom Brežice, kjer so nas pogostili. Naporno mi ni bilo.

Sonja Kebe: Prvič sem videla tako lepe gradove. So bili lepi tudi, ko so bili prikazani v nočnem času. Bilo jih je okoli 15. Ker so nam rekli, naj glasujemo za najlepšega, sem glasovala za tistega nemškega, ki je imel talno in stropno gretje, pa tudi dvigalo. Bil je to lep izlet. Utrujena nisem bila in drugo leto bom še šla.

Manica Lamut Potočnik: Najbolj so mi ostali v spominu gradovi. V DU Brežice smo imeli lepo postrežbo. Pisala sem kartico bratu. Če mi bo zdravje dopuščalo, bi drugo leto še šla, čeprav so me bolele noge.

Milomir Glamočanin: Bilo je perfektno. Najboljši so bili gradovi. Zanimivo je bilo tudi orožje iz tistega časa: čudni topovi, kopja, puščice. Vojaki so se borili peš ali na konjih. Drugo leto bom še šel.

Anka Plavšič: Gradovi so bili čudoviti, pa DU Brežice tudi. Vodič nas je dobro vodil. Povedal je veliko, pa znova ne preveč, torej ravno prav. Najbolj mi je



Izletniki BE Brezovo na sevniškem gradu / marec 2017

v spominu ostalo to, da so Kitajci zidove prebelili z mlekom, da so bili bolj beli. Zelo pa sta mi bila všeč tudi avla in bife v DU. Drugo leto si še želim iti.

Marija Karničnik: Peljali smo se z avtobusom. Šli smo na Čatež. Tam smo videli gradove. Vsak po svoje je bil lep. Bilo jih je veliko. V DU Brežice pa smo pojedli sendviče in pili kavico. Sprejela nas je Valentina Vuk, ki je sedaj tam vodja. Srečanja sem bila vesela. Drugo leto bom še šla, ker sem se imela lepo.

Irena Kužnar: Makete gradov so bile lepe. So jih lepo poustvarili. Najbolj mi je bil všeč Predjamski grad, na katerem je živel Erazem Rotterdamski. Grad je skrit med skalami. DU Brežice je lep dom. Med vožnjo sem iz avtobusa videla Krško. Pisala sem razglednico svojcem. Imeli smo srečo z vremenom. Drugo leto bom še šla.

Marta Žnider: Bilo mi je dobro. Utrujena nisem bila in drugo leto bi še šla.

Franci Grbec: Bilo je lepo. Najlepši mi je bil kitajski grad. Všeč mi je bilo tudi, da sem videl bivšo socialno delavko Valentino Vuk, ki nas je sprejela v DU Brežice. Domov sem poslal pozdrave z izleta. Hvala organizatorjem za tako lep izlet in drugo leto grem spet.

Nives Kavčič: Videla sem gradove. Vsi so mi bili všeč. Kupila sem tudi knjižico. Po ogledu gradov smo šli še v DU Brežice. Tam smo pojedli sendviče in spili sok, pa tudi kavico smo dobili. Srečala sem Valentino Vuk, našo bivšo socialno delavko. Pisala sem mami in sestri. Bilo mi je všeč in še bom šla.

Zapisala: Tatjana Kolar, delovna terapevtka



V Sevnici

Bil je lep decembrski dan. Sonce je sijalo, po kosilu sem pometal dvorišče. Malo pred koncem sem dobil obisk sorodnikov: strica Edija, njegove hčerke Andreje in vnukinje Maje. Oddelčna sestra Vesna Turnšek se je dogovorila s socialno delavko Zdenko, da mi je napisala dovolilnico dnevnega izhoda. Podpisala jo je Andreja, ki je tudi odgovarjala pravno in fizično. Sevnica je od Impoljce oddaljena devet kilometrov. Želeli smo na sladico. Uslužbenka Mercatorja nam je povedala, da jih lahko dobimo na desnem bregu Save v slaščičarni 10-ka. Poiskali smo parkirni prostor in se peš odpravili do slaščičarne. Privoščili smo si čokoladno rezino in Fanto. Pogovarjali smo se o kolinah. Ura je hitro minevala in kmalu smo se morali vrniti na Impoljco. Bilo je lepo in nepozabno. Upam, da smo s svojim vedenjem opravičili zaupanje sestre Vesne.

Matjaž Zupančič

Človeku koristne živali

Krave, ovce in koze dajejo mleko. Veliko živali je, ki imajo užitno meso. Nekatere izkoristimo za izdelavo volne, usnja, krzna. Konji nam pomagajo vleči voz in z njimi orjemo njive. Nekateri konji so športni, za jahanje.

Koristne so tudi čebele, ker delajo med in oprašujejo cvetje.

Pes je človekov prijatelj, čuva hišo in je zabava otrokom.

Ptički čistijo drevesa, ker jedo črve pod lubjem.

Kokoši, gosi in race dajejo človeku užitna jajca, pa tudi perje in puh za blazine v posteljah.

Ribe in druge morske živali so za prehrano. V morskih školjkah so biseri.

Veliko živali je v živalskih vrtovih, da jih ljudje hodijo gledat.

Tam, kjer je večni led in sneg, sani vlečejo jeleni. Nekateri psi so dresirani, da na primer najdejo človeka pod snegom ali v megli. Ponekod imajo osle, da nosijo tovore.

Nekatere živali so v cirkusu. Čarovniki imajo v predstavah zajčke, golobe. Golobi so včasih prenašali pošto.

Maruša Čarman

V živalskem vrtu

V mesecu maju smo šli na izlet z avtobusom. Bilo je lušno. Peljal nas je šofer. Videli smo račke, dva noja, zajčke, nosoroga, kamele, divjega prašiča in druge živali. To je bilo blizu Dobove. Imeli smo tudi malico. V Brežicah smo šli na kavo.

Lidija Kastelic

Zaposlitvena skupina

Delam v delavnici pri Branki. Trgam papirčke in kdaj kaj lepega narišem. Tu zelo rad delam. Branka je naša prijazna sestra, zelo jo imam rad! Včasih je malo »hečna«. Za božič smo pekli piškote. V skupini se zelo dobro počutim. Komaj čakam dan, ko bo »srečanje s svojci« - čez tri mesece. To bo na začetku meseca junija.

Mirko Uhan



Čudovit dan na kmetiji »Na jasi« / maj 2016



Intervju z vodjo pralnice

V domu bi si težko predstavljali, kako bi bilo, če ne bi vrsto let tu obratovala pralnica. Z vodjo pralnice, gospo Martino Pirc, sem opravila intervju. Vsi smo namreč radi lepo oblečeni – v dišeča, sveža oblačila, vsi radi uporabimo čiste, mehke brisače itd. Seveda pa je pranje v tako velikem zavodu precej drugačno od pranja običajnih gospodinjskih količin perila.

■ Ali lahko poveste, koliko časa ste že zaposleni v domski pralnici?

Tu sem že 22 let. Pred tem sem delala v Jutranjki v proizvodnji. Potem se je tu pokazala potreba po delu, in kar s težkim srcem sem pustila svojo službo in prišla sem. Tu je bil manjši kolektiv, delo pa na začetku ne tako naporno kot sedaj.

■ Kako je delati v pralnici?

Predvsem je zelo toplo. Poleti delamo nenehno na 35. stopnjah Celzija, tudi do 38 stopinj pride. Je pa pozimi zato toliko bolj prijetno, kajti tu smo celo zimo v kratkih rokavih. Direktorica se je celo pošalila, da bo pozimi tudi ona prišla delat k nam. S pranjem začnemo že ob 6. uri zjutraj in pralnica je lahko zaprta največ en dan, sicer ne bi bilo perila.

■ Kaj vas pri delu veseli, kaj pozitivnega bi poudarili?

Veseli me, če je vse dobro organizirano, če me kdo od zaposlenih in stanovalcev pohvali in vesela sem, kadar stroji delajo brez okvar.

■ Kakšne težave se najpogosteje pojavijo pri vašem delu?

Najbolj pogoste so težave tehnične narave. Imamo

pet pralnih strojev, tri sušilne stroje in eno sušilno komoro. Vedno se lahko kaj pokvari in potem delo zastane.

■ Ali obstajajo kakšna vrsta oblačil, ki jo odsvetujete našim stanovalcem?

Odsvetujemo pletenine, ker se težko vzdržujejo. Naši pralni stroji so močni industrijski stroji in zato se pletenine hitreje uničijo.

■ Kako lahko najbolje poskrbimo za svoja oblačila?

Predvsem tako, da se izogibate madežem, ki nastanejo pri hranjenju. To so po navadi mastni madeži in zato je pri tovrstnih madežih treba znova uporabiti dodatne pripomočke oziroma preparate za madeže, ki pa so agresivni in tako se oblačilo hitreje obrabi. Bolje se je dobro zaščititi ali pa paziti, da smo nagnjeni nad mizo.

■ Koliko perila dnevno operete?

650 kg na dan. Vendar je ta številka za suho, oprano perilo. Če bi tehtali umazano perilo, bi bila teža še znatno večja.

■ In kako pride oprano perilo nazaj do lastnika?

Vsako oblačilo stanovalci najprej oddajo oddelčni sestri, ki poskrbi, da se vse označi z imenom in priimkom. V pralnici nalepke prilepimo na oblačila po naročilu oddelčnih sester. Tako označeno perilo se, ko je oprano, odpelje na oddelke, kjer negovalke poskrbijo, da pridejo do lastnika. Nekateri stanovalci pa sami oddajajo svoje perilo v vrečah in ga pridejo tudi iskat. Hvala za vaša pojasnila in odgovore.

Intervjuvala:

Lili Merlinn, delovna terapevtka

Slavnostna otvoritev GS Brezovo in GE Studenec

V mesecu novembru 2016 smo obeležili kar dve slavnostni otvoritvi dveh stanovanjskih skupin, in sicer v soboto, 19. 11. 2016, ob 10. uri v Dolnjem Brezovem ter v soboto, 26. 11. 2016, ob 10. uri v gospodinski enoti Studenec.

Stanovalci tamkajšnjih skupin so pripravili prijeten program, ki so ga zaokrožili z govorom direktorice gospe Andreje Flajs in župnikom gospodom Antonom Bobičem. S slavnostnim prerezom traku in predajo ključa so izbrane goste povabili na ogled novih prostorov. V skupnem dnevnem prostoru je sledilo druženje ob bogato obloženih mizah, polnih domačih dobrot. Novi, sodobni in večji prostori stanovalcem omogočajo bolj kakovostno življenje.

Dorotea Pavlovič

Studenčki

Bili smo rojeni,
da skupaj smo se našli.
Sedaj živimo v sožitju.
Vsi smo ljubeznivi in modri,
srečno živimo in se radi imamo.
Vsak dan je nov, nov začetek,
novi izzivi, novi boji.
Čaka nas sreča, ki bo večna,
vsi poleteli bomo v nebo.
Vsak dan si podarimo nasmeš
in mavrico v očeh.
Čistost v srcih naših je
in vsak to ve,
da radi imamo se.
Vedno kaj novega se naučimo,
zato je kuhanje, petje in vsako delo
res zanimivo.
Dolgčas nam nikoli ni,
ker razumemo se prav vsi.

Ivi Plaskan



Otvoritev bivalne enote Brezovo / november 2016



Nova gospodinjska skupnost Brezovo

V sredini meseca aprila sem prišla v Dolnje Brezovo. V sobi sem skupaj z Olgo. Lepo se razumemo, med seboj si pomagamo. Olga mi pomaga tudi v kuhinji, kadar sem dežurna. Popoldan gremo večkrat na sprehod v bližnjo okolico. Včasih se ustavimo pri dveh ponijih, krmimo jih z deteljico, ker jo imajo zelo radi. Rada grem tudi v Krško, kjer obiskujem skupino, ki se imenuje Palme in magnolije. Približno dva krat mesečno grem tudi v svoj rojstni kraj, kamor me odpelje nečakinja, ki me obišče.

Slavica Povžun

Lep pozdrav iz našega, za oko prijetnega doma. V čudoviti kmečki vasici, ki me spominja na mojo rojstno vas, nas živi devet. Smo prijatelji in si med seboj pomagamo ter se lepo razumemo. Rad bi se zahvalil vsem, ki ste nam to omogočili. Posebna zahvala gre sosedom in vaščanom, da ste nas, tako rekoč neznane, vzeli medse.

Ludvik Volovec

Brezovo je moj dom postalo. Počutim se varno in sprejeto. Vas je lepa, domačini prijazni, hiša topla. S sostanovalci kramljam, pijem kavo in kako zapojem. A največ mi pa pomeni prijatelj Ludvik, ki me zna razveseliti in potolažiti.

Tadeja Čuješ

V bivalno enoto smo se preselili aprila. Vedel sem že, kje je ta vasica, ker sem tam že lovil ribe v stari strugi Save, nisem pa vedel, kje je ta hiša. V novi hiši je zelo lepo, razumemo se, se spoštujemo. Željo imam, da bi še kdaj šel loviti ribe s kakšnim

ribičem. Sicer pa mi je tu še lepše, kot je bilo na Kompolju.

Martin Cirnski

Spoštovani svojci, prijatelji, znanci. Ob tej priložnosti bi se rad zahvalil najprej domskemu zdravniku dr. Groboljšku, sestram in ostalim zaposlenim, ki lepo in odgovorno skrbite za naše psihofizično zdravje. Še posebej bi se rad zahvalil socialni delavki gospe Mojci Knez, ki mi pomaga in skrbi za vse uradne dokumente in za denar. Rad bi se iz srca zahvalil tudi svojim predragim staršem.

Rok Strnad



Otvoritev gospodinjske enote Studenec / november 2016

Selitev v obnovljene prostore

Na začetku julija so se stanovalke enote B preselile v obnovljene prostore. Zanimalo me je, kaj menijo o tem:

- Sobe so drugačne, a so zelo lepe, na razporeditev pa se bom morala še navaditi.
 - Lepo so se potrudili.
 - Zelo lepo. Všeč mi je.
 - Sem zadovoljna, lepo je urejeno in tu se zelo lepo počutim.
 - Lepo je urejeno.
 - V redu, lepo je.
 - Meni je všeč, kako so opremili prostore.
 - Samo gledam in občudujem vse, ker je vse tako lepo urejeno.
 - Lepo je prenovljeno.
 - Vse mi je všeč, pogrešam pa slike.
 - Sem se hitro navadila na novo sobo. Ker je mirno, lahko v njej tudi berem, kar mi je všeč.
 - Soba je v redu. Menjava sobe me ni motila.
 - Zelo mi je všeč. Lepo je opremljeno. Moti me, da je za omaro veliko ključev, in se ob odpiranju omar mučim in iščem pravega.
 - Všeč mi je, da ni več gneče v stranišču. Pa da imam mir v sobi in lahko v prostem času prebiram knjige. V sobi čutim tudi večjo prijaznost, ker nas je sedaj manj.
 - Barve so mi všeč, ker vse deluje večje.
- Potem pa sem stanovalke vprašala še o posameznih prostorih.
- Kako vam je všeč stranišče, kaj je tam drugače?
- Ploščice so lepe, svetle in dajejo občutek, da je prostor večji.
 - Ogledala so montirana nižje in so bolj uporabna, saj se v njih lažje in več vidimo.

Kaj menite o pohištvu v sobah?

- V omarah je več prostora kot prej in lahko perilo lepše uredimo (zložimo, obesimo).
 - Nočne omarice imajo večje predale in je v njih veliko prostora.
 - Minus so ključi, a se bomo na to že navadili.
- Kaj pa nova čajnica?
- Dobro je, da je odprta, ker je večja in bolj prijazna.
 - V njej je večja preglednost (se vidi, kaj je v omaricah in ni treba odpreti vsega, da najdemo skodelice).
 - Je bolj svetla.

Tatjana Kolar, delovna terapevtka

Prenova bivalnih prostorov

Leto 2016 je bilo za stanovalce in delavce enote B čisto posebno leto, ker smo se s prenavljanjem enote osem mesecev prilagajali izrednim bivalnim razmeram na enoti. V mesecu maju se je 10 stanovalcev preselilo v gospodinjsko skupnost Studenec. Dva stanovalca na enoto D in ena stanovalka na enoto A, s čimer smo iz 75 postelj prešli na 65 postelj. Kljub zmanjšanju posteljne kapacitete pa smo od maja do decembra zaradi prenove posamezne četrtine, tako stanovalci kot zaposleni, živeli in delali v oteženih razmerah, z bistveno povečanim obsegom dela. Na vsaka dva meseca je bilo treba popolnoma izprazniti posamezno četrtino, kar je pomenilo, da je bilo treba vsakič premestiti približno 40 stanovalcev z vso njihovo lastnino. Kljub izrednim razmeram smo se pri opravljanju storitev trudili in sledili cilju za doseganje fizičnega, psihičnega in socialnega zdravja stanovalcev v



najvišji možni meri. Posebna skrb je bila zato name-njena nameščanju stanovalcev v sobe, saj je v času prenove bivalo skupaj v sobi od šest do sedem sta-novalcev.

S skrbnim načrtovanjem, kdo s kom v isto sobo, lah-ko ob koncu del z zadovoljstvom rečemo, da kljub prenatrpanim bivalnim prostorom, ne beležimo konfliktnih situacij, nestrpnosti ali kakršnih koli odstopanj v vedenju stanovalcev zaradi izrednih bi-valnih razmer in premeščanja njihove lastnine.

Poleg premeščanja bivalnih prostorov pa je bilo tre-ba premestiti tudi vse skupne prostore in domski inventar. Po prenovi sob, sanitarij in dnevnih prostorov na enoti B smo pridobili lepo urejene štiri gospodinjske enote, na katerih prebiva od 15 do 18 stanovalcev, s težavami v duševnem zdravju in ve-denjskimi težavami.

Menjava pohištva in zmanjševanje posteljnih kapa-citet omogoča stanovalcem večje udobje, individu-alnost in urejenost bivalnih prostorov, zaposlenim pa obnovljeni prostori omogočajo učinkovitejše in lažje delo.

S pridobitvijo odprtih in preglednih čajnih kuhinj smo začeli izvajati tudi več gospodinjskih aktivno-sti in stanovalce spodbujamo k ohranjanju in uče-nju spretnosti in znanj na področju gospodinjskih aktivnosti. Poleg kuhanja kave stanovalci/ke, ki obiskujejo zaposlitveno skupino (II. desno) in de-lovno terapijo (I. desno) že sodelujejo pri pripravi in razdeljevanju malice ter skrbi za urejeno kuhinjo na enoti, v sklopu skupin pa si tudi pripravljajo eno-stavnejše priboljške.

Stanovalci in osebje smo veseli ter hvaležni za lepo urejene bivalne in delovne prostore, saj se v njih tudi zelo dobro počutimo.

Vodja enote B Vesna Turnšek, medicinska sestra

V gospodinjskih skupnostih na Mrtovcu pa tako ...

zbrala: Majda Cigole, bolničarka

Ko se je odprla BE Mrtovec, sem se vselil v hišo, kjer nas je nastanjenih osem. Živim v sobi z Brankom. Sva dobra prijatelja. Počutim se dobro. Čez dan po-magam v kuhinji. Včasih poskrbim za perilo. Redno hodim na sprehode.

Miran Zeko

Sem Branko. Prihajam iz Rogaške Slatine. Na Im-poljco sem prišel pred štirimi leti na B enoto. Lani sem se preselil sem. Tu se dobro počutim. Hodimo na sprehode in opazujemo naravo. Tukaj mi je bolj všeč kot na Impoljci.

Branko Denikrajev

Prišel sem iz Kompolja. Tukaj mi je lepo. Bivam v sobi s Petrom. Čez dan sodelujem pri izdelavi vo-ščilnic. Ko sem dežuren, sodelujem v kuhinji in pri perilu. Vključen sem v pohodniško skupino, s katero raziskujemo kraje. Čeprav je naporno, se je vredno potruditi.

Daniel Plevel

Tudi jaz sem prišel na Mrtovec iz Kompolja. Tu mi je prijetno, ker smo v manjšem številu. Smo kakor ena družina in si pomagamo med seboj. Hodimo na sprehode, včasih v klanec do plinske postaje, včasih ob Savi. Tu sem našel nove prijatelje in lahko bi re-kel, da sem zadovoljen in srečen.

Peter Stanko

Prej sem bivala v BE v Kompolju. Pa smo se preselili sem. Tu je lepa narava in tišina. Zjutraj pojejo ptički.

Pod hišo šumi potoček. V naravi se dobro počutim. Vsi smo dežurni po vrsti. Jaz lupim krompir in čis-tim solato. Tudi pospravljamo po hiši. Praznujemo skupaj rojstne dni. Praznujemo tudi božič, novo leto, veliko noč in vse druge praznike.

Jasna Tukara

Tu se zelo dobro počutim, saj našo hišo obdaja gozd in žuboreči potoček, ki nikoli ne presahne. Od po-mladi do jeseni sem skoraj vsak dan v gozdu. Spo-mladi začnem z nabiranjem zdravilnih rož. Ko je sezona gob, sem znova vsak dan v gozdu in jih na-biram, potem pa so tu že borovnice in nazadnje še kostanj. Sem tak človek, da živim z naravo. Rad de-lam tudi okoli hiše. Kosim travo in čistim breg nad hišo. Tudi notri v hiši z veseljem dežuram v kuhinji ali v pralnici. Svoje stanovanje počistim sam. Sem tudi v pohodniški skupini. Skoraj vsak mesec gremo na kakšen pohod.

Martin Kum

Na Impoljci sem že kar nekaj let. Sprva sem bival v domu Impoljca v dvorcu. V sobi sem bil z gospodom Renkom. Dobro sva se razumela. Pred tremi leti sem se vselil v BE Mrtovec. Sobo si delim z Jožetom, ki je moj najboljši prijatelj. Počutim se zelo dobro in tu mi je bolj všeč kot v domu na Impoljci.

Milan Poglajen

Prihajam iz Ljubljane. Sprejeta sem bila 6. sep-tembra 2016. Tukaj se počutim dobro, čeprav zelo pogrešam svoj dom in si pogosto želim domov. Imam svojo sobo. Čez dan pomagam pri dnevnih opravilih v kuhinji, včasih obesim perilo. Redno se udeležujem sprehodov.

Gordana Došenović

Pred leti sem bil sprejet v dom Impoljca na C enoto. Tam sem spoznal prijatelja Martina. Dopoldan sem delal v lesni delavnici pod mentorstvom gospoda Robija. Kasneje sem dobil priložnost, da se vselim v BE Mrtovec. Tam sem spoznal nove prijatelje. Bi-vam v dvoposteljni sobi. Tukaj se počutim dobro. Čez dan pomagam pri gospodinjskih opravilih ali pa poskrbim za perilo. Dvakrat na leto grem domov k sestri Roziki. Želim si, da bi me še večkrat vzela k sebi, saj pogrešam domače.

Martin Škratek

Sem Sonja Richly in prihajam iz Krškega. V Impolj-co sem prišla pred petimi leti. Nastanila sem se v več posteljno sobo na B enoti. Tam sem spoznala Nives Kavčič, s katero sva postali dobri prijateljici. Pred dvema letoma pa sem sprejela priložnost, da se nastanim v BE Mrtovec. Sem v dvoposteljni sobi, ki jo delim s Stanko. Dobro se razumeva. Vključila sem se v življenje in delo bivalne enote. Počutim se dobro.

Sonja Richly

V bivalni enoti sem že dve leti. Imam prijatelja Mi-lana, se dobro razumeva. Tu imam mir. Na spreho-de hodim s psom Lordom. Skrb za psa je moj hobi. Hodimo tudi skupaj na sprehode in daljše pohode. Prihajam iz Novega mesta, iz vasi Kamenje. Domov hodim dva krat na mesec. Ko sem bil še na Impoljci, sem delal v likovni skupini pri Marjanu.

Jože Klemenčič





SIVKIN IZBOR, izdelek specialno-pedagoške delavnice, kombinirana tehnika



Različnost nas bogati

Dne 19. 5. 2016 so nas obiskali učenci 5. razreda OŠ Cerklje ob Krki skupaj z učiteljico gospo Petro Turšič in spremljevalko. Predhodno sva z učiteljico načrtovali program našega srečanja in druženja pod geslom: »Različnost nas bogati«. Program je bil naslednji:

- Sprejem in pozdrav gostov s strani strokovne vodje gospe Darje Cizelj.
- Ustvarjalne delavnice v spec. pedagoški učilnici (izdelovanje mošnjičkov, polnjenih s sivko, izdelovanje rožic iz volne, okrasitev ropotulj za dopolnitev »Orffovega« instrumentarija).
- Kulturni program v telovadnici za stanovalce in zaposlene celotnega Doma.
- Zaključek v spec. pedagoški učilnici z izmenjavo drobnih pozornosti.

V ustvarjalnih delavnicah so sodelovali člani spec. pedagoške skupine in učenci.

Predstavitev učencev in nastop v telovadnici je bil prisrčen in barvit. Srečanje je bilo prijetno za stanovalce, ki se radi družijo z otroki, ko jim popestrijo vsakdanjik in koristno za učence, predvsem z vzgojnega vidika (sodelovanje z drugimi, pridobivanje izkušenj, razbijanje predsodkov, dobrodelnost).

Druženje smo sklenili v obojestranskem zadovoljstvu.

Jožica Piltaver, specialna pedagoginja

Škocjanski Karitas znova obiskal DUO Impoljca

Šestega aprila 2017 so Dom upokojencev in oskrbovancev Impoljca obiskali predstavniki društva Karitas iz Škocjana. Vedno znova so stanovalke in stanovalci ter zaposleni na Impoljci navdušeni nad otroškim nastopom, njihovo spontanostjo, neposrednim nastopom in sporočilnostjo programa. To je poseben poklon, pozornost in spodbuda za življenje, delo, duhovno moč, ki jo potrebuje slehernik, zlasti pa družba ali skupnost v današnjih časih. In to v zavodu na Impoljci cenimo in se nas dotakne. Kot se nas dotakne nastop otrok, ki jih vsako leto gledamo, kako rastejo, kako so polni življenjske energije, ki jo pretočijo med navdušeno občinstvo.

Matija Dobovšek, delovni inštruktor

Družabne igre s prijatelji iz Krke

Pomladno vreme je čas prijetnih sprememb. Vreme je toplejše, narava oživi, ljudje postanemo bolj polni življenja. Začetek aprila je v znamenju dnevov za spremembe. Tudi letos so nas obiskali predstavniki novomeške Krke, ki nam podarijo svoj dan, z namenom obiskati in polepšati nam skupne trenutke.

Bilo je 6. aprila 2017, ko so nas navdušili, zlasti tiste, ki si čas krajšajo z miselnimi igrami. Skoraj polna jedilnica je bila ob igranju družabne igre tombola. Pa tudi pesem, šale in pripovedi zgodb ter anekdot. In tako smo skupaj spletli čudovito dopoldne.

Hvaležnost za vse pretekle obiske in iskreno upanje za ponovna snidenja je zaznamovalo tokratno slovo. In globok poklon za altruistično poslanstvo Krkašev.

Matija Dobovšek, delovni inštruktor



Obisk Kerinovih

Konec poletja je čas, prelomnica, ko se zaključi sezona naših pohodov v okviru »Mavrične hoje«, ki jo redno izvajamo v našem domu. Da nagradimo vestnost in hkrati spodbudimo uspešno novo sezono, obiščemo cenjeno prostovoljko gospo Mileno Kerin, ki nas gosti na svoji domačiji v Straži nad Krškim. Štiriindvajsetega avgusta smo jo obiskali, se sprehodili po idilični naravi, ogledovali pašnike in gozdove ter sinje nebo nad nami. Tako je naše druženje dotaknilo popolnost. Veseli smo dni, ki minejo drugače, ko se lahko kam odpravimo, in morda so krajši izleti še slajši. Veseli in zadovoljni ter hvaležni udeleženci Mavrične hoje.

Matija Dobovšek, delovni inštruktor

Naša »spletna« poročevalka Dorotea Pavlovič redno obvešča o dogodkih:

Obisk OŠ Ane Gale

Junjsko sredo smo v svoji sredini gostili učence OŠ Ane Gale iz Sevnice. Uprizorili so dramsko zgodbo »zime in prihajajoče pomladi«, ki je bila odigrana zelo inventivno. S preprosto in domiselno scensko postavitvijo so zožili dimenzijo odra ter pozornost preusmerili v akterje, njihovo kostumografsko in izvedbeno delo.

Naše druženje smo zaokrožili s športnimi igrami ter tako ob sproščenem in sodelovalnem vzdušju okrepili še svoje telesne mišice. Z naključno oblikovanimi skupinami smo se pomerili v treh disciplinah, in sicer vodenju žoge z roko čez ovire, prenašanju majhne žogice na kuhalnici in zbijanju nasprotni-

kovih kegljev. Skozi zabaven način smo se dodobra nasmejali in si v znak medsebojnega sodelovanja ob koncu izmenjali tudi drobne pozornosti.

Grad Brestanica

V svojo počitniško popotno torbo smo 19. julija 2016 dodali tudi ogled stalne razstave Slovenskih izgnancev in Političnih zapornikov.

Ob prihodu nas je navdušil prečudovit prenovljen grajski ambient in izredno prijazen ter topel sprejem s strani zaposlenih. V uvodu smo si ogledali kratek predstavitveni film o zgodovini gradu Brestanica, nato pa nas je kustosinja gospa Irena Fürst vodila po razstavnih prostorih, postavljenih v štirih sobah prvega nadstropja gradu. Ogledali smo si razstavljene predmete, fotografije in dokumente ter druge predmete, ki so jih Slovenci ob izgonu iz države vzeli s seboj, in ponovni vrnitvi v domače kraje, kjer so se soočali s težkimi razmerami. Prepričljiva in avtentična pripoved kustosinje, dopolnjena z ogledom več tisoč fotografij na ekranih in računalnikih, na katerih so po sklopih predstavljena delovna taborišča v Nemčiji, nas ni pustila ravnodušne. Obiskovalci razstave lahko ob zaključku zapišejo svoje zgodbe, spomine ali celo dodajo svoje predmete iz izgnanstva.

Svoj ogled smo nadaljevali v kletnih prostorih, kjer so bivale politične zapornice. Skromne temnice, ob krutih zapisih in osebnih izpovedih preživelih, pričajo o preživljanju izjemno težkih razmer.

Unikatna in izjemno zanimiva razstava upravičeno privablja številne domačine, njihove svojce in turiste, ki se lahko v prijetnem grajskem okolju posvetijo iskanju svojih korenin ali odkrivajo poti, ki so jih morda prehodili tudi njihovi svojci v času izgnanstva.



RDEČEKOŽEC, izdelek likovne delavnice, kiparska tehnika, material: penjeni beton, akril



Zadišalo je po kostanju

Barvita jesen je potrkala na vrata našega Doma. V vsem svojem sijaju raznoterih živahnih zlato-rdečih odtenkov je iz svojega naročja nežno izročila svoje jesenske plodove.

Na sončno obsijan torek, 25. oktobra 2015, je prijetna in topla sapica ponesla vonj pečenega kostanja po naši okolici. Že od daleč smo slišali zvoke dveh harmonik, na kateri sta veselo igrala Gregor in Gašper. Robi in Gorazd sta poskrbela, da sladkega pečenega kostanja ni zmanjkalo.

Svoje sproščeno in veselo druženje smo nadaljevali ob petju in plesu.

Pod pisanimi notami spomina

V spomin našemu pokojnemu likovniku in sodelavcu Marjanu Podlogarju smo v okviru prireditve z naslovom »Pod pisanimi notami spomina« v nede-

ljo, 23. oktobra 2016, ob 10.15, v telovadnici Doma priredili koncert; našemu prijatelju v čast. Prisluhnili smo milim in toplim besedam voditeljice, ki jo je spremljala skupina ŠANI ŠENI, ki je predstavila tudi tri avtorske pesmi z naslovom »Prijatelj moj, Za tisti trenutek, Vino in čokolada«.

MARJAN, še vedno slišimo tvoj smeh. Modre, uporne in iskrive misli. Še vedno si med nami, ki želimo ti povedati še ah, naše neizrečene besede obstale so. Obstale osamljene, z željo, da ti lahko spet izlijemo svoje srce na pisano platno, z notami le ZATE!! Tvoja zarisana pot je bila polna nevidne lepote, harmonije, resnice, dobrote! Njegova, kot porcelan krhka duša se nas je vedno znova dotaknila kot vir navdihujoče kreativnosti, ki se je kot blisk razpršila v novo dimenzijo. Njegova skrivnostna, mistična pojava, prežeta z ogromno notranje moči in hipnotičnimi črnimi očmi, ga je silila k odkrivanju smisla kjerkoli, kadarkoli s kitaro ali platnom v roki. Prijaznost, ki je prevevala iz vsake njegove celice, te je objela v popolnosti.



Ko zadiši po kostanju / oktober 2016



ARANŽMAJI, izdelek zaposlitvene delavnice A 1L, tehnika oblikovanja – kaširanje, barvanje

5. likovna kolonija

V okviru prireditve z naslovom »Pod pisanimi notami spomina« je naš dom priredil že 5. likovno kolonijo.

V petek, 28. 10. 2016, smo se skupaj z udeleženci iz treh posebnih socialno varstvenih zavodov, tj. Idrije, Hrastovca in Lukavcev, najprej spoznali in povezali s pomočjo interakcijske igre ter tako ustvarili prijetno vzdušje za nadaljnje delo.

V prvem sklopu smo poznali grafično tehniko odtiskovanja – monotipijo ter se hkrati naučili, da z mešanjem osnovnih barv (rumene, rdeče in modre) dobimo sekundarne barve (oranžno, zeleno in vijolično). Ob sproščujoči glasbeni spremljavi smo izdelali lastne unikatne matrice z upodobljenimi domišljajskimi motivi, ki smo jih nato odtisnili na platneno podlago.

Po aktivnem odmoru smo drugi sklop delavnice začeli precej aktivno, saj smo morali le s pomočjo izbranih gibov telesa poustvariti svoje trenutne misli in občutja, nato pa zrcaliti drug drugega, pri čemer

smo se zelo zabavali in smejali. Svoje ustvarjalno vzdušje smo s pomočjo nežne glasbene spremljave prenesli na velikansko skupno risbo, ki je postala unikatni »govorec« našega prijetnega druženja. Kolonijo smo svečano zaključili s slavnostno podelitvijo prelepih, ročno izdelanih medalj iz naše lesne delavnice. Svoje grafične izdelke smo odnesli s seboj domov kot spomin na današnji dan. Vsem skupaj se prav iskreno zahvaljujem za sodelovanje in prijetno druženje.

Gospod Marjan

Dobro leto sva se poznala in oba veliko znala. Dobrota v srcu vašem je bila in naučili ste me veliko dobrega. Skupaj sva se veliko smejala in tudi pomodrovala. Bili ste človek z zlato roko, saj znali ste vse, kar potrebno je bilo. Karkoli sem vas povprašal, pokazali ste mi. Vem pa, da zdaj z angeli častite Boga, njemu slava vsa.

Vedno ste nas bodrili in pametno učili.

Prav rad sem prišel na delovno terapijo, ker mi je res bilo lepo.

Ko sem prišel v vašo ustanovo, sva se takoj dobro razumela in če sem vas kdaj prizadel, oprostite mi. Tudi vi ste kdaj bili strogi, a jaz sem to vzel kot šalo. Tako lepo ste igrali kitaro in mi smo peli zraven. Tudi v namiznem tenisu ste bili nepremagljivi. Imeli ste ogromno talentov in vi ste jih podvojili. Sedaj pa vam je lepo, saj jaz, Ivi, verujem v to. Jaz vas pogrešam, vem pa, da se enkrat snideva. Bog vam je veliko dal in je tudi veliko od vas dobil. Bodite večno srečni.

Ivi Plaskan

Naša »spletna« poročevalka Dorotea Pavlovič redno obvešča o dogodkih:

Od pike do pike ... vzorec

V sredo, 2. novembra 2016, ob 10.30, je bilo v našem Domu odprtje že druge razstave v tehniki »Pick point«, avtorice gospe Rezike Omerzel.

Kulturni dogodek je otvoril pevski zbor Zarja pod vodstvom Gregorja, ki je navzoče pevce spremljal s harmoniko. Nadalje je delovna terapevtka Lili predstavila razstavljen dela in kratko življenjsko zgodbo avtorice. Slednja je poudarila, da zelo rada šiva, zato so njena dela v tehniki »pick pointa« nastajala tako v zaposlitveni skupini gospe Verice, kakor tudi v popoldanskem času, ko je še dodatno urila svoje spretnosti prste. Njena kreativnost in ustvarjalnost se izkazuje na njenih številnih drugih unikatnih izdelkih, to je pri natančnem šivanju, robljenju in vezenju prtičkov nadvse zapletenih in zahtevnih

vzorcev. Kulturni program je s svojim avtorskim in poetičnim literarnim prispevkom o ustvarjalni aktivnosti in navdihu avtorice smelo dopolnil Ivi Plaskan.

Pričujoče fotografije odkrivajo le delček bogate vsebine razstave, ki jo avtorica zaključuje z besedami: »Kakršnakoli aktivnost človeka drži pri zdravju. Meni to prinaša zadovoljstvo, saj čutim, da sem uspešna!«.

Vljudno vabljeni na razstavo v avli C enote.

Izgubljeni zajček

V petek, 4. novembra 2016, ob 10.15, smo v telovadnici našega Doma gostili otroško gledališko skupino KUD Sevnica, ki nam je zaigrala zgodbo »Izgubljeni zajček«.

Radoživost in avtentičnost mladih nadobudnih igralcev, ki so zelo čustveno in senzibilno odigrali svoj repertoar, je bila neizčrpna. Gledališka igra je z zanimivo dramsko kompozicijo spretno odprla prostor naši zvedavosti, ki nas je držala v negotovosti do zaključka igre. S tem pa nam omogočila intenzivnost čustvovanja in poistovetenja z vsebino in tudi izbranimi liki. Učenci so z uprizoritvijo nedvomno izkazali pravi igralski talent. Veseli smo, da smo lahko pokukali v zanimivi svet igre, ki nas je sprostila in nasmejala, zato smo vse nastopajoče nagradili z velikim aplavzom.

Zima

Za zimo je značilno, da je mraz in sneg. Huda zima je na severu, v Rusiji, pa tudi pri nas v Sloveniji. V

gorah prej pade sneg. Na strminah lahko smučamo in se sankamo. Otroci pozimi delajo iz snega snežene može. Sneženega moža naredimo iz dveh velikih kep snega in roke. Na glavo mu damo star lonec, v roko metlo, za nos korenje. Oči, zobe in gumbe naredimo iz kamenčkov. Sneg nagaja na cestah. Treba jih je splužiti, posipati s peskom in soljo.

Maruša Čarman

Priprave v prazničnem decembru

Praznični dnevi so tik pred nami in v zraku je čutiti tisto vznemirljivo in čarobno pričakovanje.

Prostori našega Doma so zasijali v lučkah, ki z ročno izdelanimi okraski krasijo prelepe smrečice. Na vratih in mizah se bohotijo prikupni venčki v raznih barvah in okraskih. Prijeten vonj po sveže pečenem pecivu, ki nastaja pod spretnimi prsti stanovalcev v delovni terapiji in zaposlitvenih skupinah, se širi po okolici našega Doma vse do kuhinje, kjer nastajajo prav posebne sladke in unikatne dobrote,

ki v nas prebujajo spomine po domačnosti, družini, toplini ognja, darilih in pričakovanjih.

Tovrstni trenutki nam omogočajo poiskati toplino v sebi in v bližnjih, to pa nas vsakokrat znova navdaja s poživljajočo in izpolnjujočo se energijo. Ta toplina je srce prijaznosti, polna odsefov modrosti, ki nas spodbuja k sklenitvi miru s preteklostjo in navdaja z upanjem v svetlo prihodnost.

Dorotea Pavlovič

Praznična peka piškotov

V novi kuhinji smo na B enoti, pod budnim očesom mentorice Branke, pekli čajne piškote. Branka je prinesla margarino, moko tip 400, vaniljev sladkor ter valjar, pecilni prašek, limonino lupino, tri rumenjake in modelčke za testo. Testo smo razvaljali na pomokani podlagi. Izdelovali smo zvezdice, srčke in angelčke. Branka je iz pečice vzela dva pekača. Napolnili smo jih s piškoti, ki smo jih z modelčki



Obiskal nas je dobri mož sv. Miklavž / december 2016

odtiskali v testo. Nato je Branka pekača položila v pečico in gumb premaknila na 200 °C in pekla, da so porumeneli. Ob piškotih smo še skuhali božični čaj, ki je lepo zadišal po naši enoti. V skupini smo se nato posladkali z domačimi piškoti in toplim čajem.

Matjaž Zupančič

Jaslice

Šla sem gledat jaslice v Boštanj v cerkev. Videla sem Jezuščka, Marijo in svetega Jožefa. Bili so v votlini, v hlevčku. Pastirica je prala pleničke. Eden je sekal drva. Videla sem tudi medveda. Skril se je v brlog. Ni nič storil. Če bi bil živ, bi bežala!!!

Ivica Horvatuš

Hitro, hitro se čas vrti

Za novo leto sem se imela lepo. Dedek mraz mi je prinesel skodelice za kavo, vsem nam, ne samo meni, in sedaj ima vsak svojo skodelico. Pred kratkim so bile maskare. Plesala sem, Matija me je slikal. Želim si, da bi me obiskala hči Darja, seveda pa želim tudi lepo vreme, da ne bi deževalo, da bi se razumeli med sabo in da bi gospod Gašper še velikokrat zaigral. Kmalu bo zopet srečanje s svojci in želim, da bi bilo tako zanimivo in fino kot lansko leto.

Ivanka Kirar

Sreča

Življenjsko prepričanje je, da to, v kar nisi ali si verjel, se tudi res zgodi. Jaz sem pri vsaki stvari malo

skeptična, ker se po navadi vse ne konča tako, kot bi si želela. Ampak na koncu je vendarle vse tako, kot mora biti. Res je: v življenju moraš verjeti in upati in tudi dosti narediti za to, da si srečen in zadovoljen. Verjeti in v svet gledati z optimizmom.

Janja Kocman

Učenje razgiba življenje

Kot otrok sem se veliko naučil od staršev, saj so veliko znali. Res, glede kmetijstva, saj imamo doma veliko kmetijo. S tem sem veliko pridobljenega znanja razširjal v praksi. Vsak dan se kaj novega naučim, kar je del življenja.

Veliko sem se igral s svojimi tremi sestrami in s sosedovimi otroki. Igrali smo nogomet, smučali in tekmovali kdo bo boljši. Svoje znanje sem pokazal tudi v šoli, saj sem se res dobro učil in uspešno končal šolanje. Srednjo šolo sem nadaljeval v smeri kmetovanja. Kot kmetovalec sem doma zelo rad delal s traktorjem in traktorskimi priključki. Spravilo sena; to je košnja in grabljenje ter vožnja domov. Delal sem tudi v gozdu, spravilo lesa in sečnja.

V službi pa sem delal kot a-testni varilec v tovarni kmetijskih strojev.

Vse znanje, ki sem si ga pridobil, sedaj uporabljam pri svojem delu. Imam tudi čudovito inštruktorico, od katere sem se res ogromno naučil, saj mi vse, kar potrebujem, pokaže.

Pišem tudi pisma svoji ljubljeni puncici, ki jo močno ljubim in vsako delo opravljam z ljubeznijo in veseljem.

Želja po nadaljnjem učenju me vodi k cilju, da bom vedno več znal in s tem svoje znanje nadgrajeval.

Življenje je eno samo in vesel sem, da sploh živim in se imam priložnost vedno znova učiti, pridobivati izkušnje in spoznavati ljudi.

Ivi Plaskan

*Članek za literarni, likovni in fotografski natečaj
»Učenje razgiba življenje«, Ljudske univerze Krško*

Kopanje na bazenu v Brestanici

Bilo je vroče poletje kot v peklu. Naš vodja nas je vprašal, če bi nam prijala osvežitev. Vsi smo bili za! Dogovorili smo se, da gremo na kopanje, na bazen v Brestanico. Komaj smo čakali ta dan. Zjutraj, tisti dan, je po nas prišel kombi. Komaj smo čakali, da lahko vstopimo. Nato smo se peljali in zapeli veselo

pesem. Ko smo prišli na bazen smo se preoblekli v kopalke. Slavko in Lojze sta nam ponudila ležalnike, kot da bi bili na morju. Najboljše je bilo, ko nam je g. Slavko na bazenu rekel: »Ajde, zdaj pa vsi v vodo!« To je bila osvežitev, katero smo čakali vse tiste vroče dni. Nato smo plavali, se igrali z žogo in bili radoživi kot otroci. Zelo smo bili veseli. Ko je prišel čas odhoda domov, smo se s kombijem odpeljali proti domu. No, ne čisto proti domu. Za ta dan smo že nekaj časa zbirali denar, da si po kopanju privoščimo kavico, sladoled ter še dobro pico v Krškem. Po končanem kosilu smo se vsi odpravili proti domu. Bili smo zelo utrujeni. Voda nas je tako izčrpala! Vendar nič zato! Prelepi občutki, ki smo jih nosili s seboj, so bili močnejši od težkih nog.

Cvetka Žerak



Praznično druženje v OŠ Boštanj / november 2016



LAMPIJON, avtorica: Darinka Oprčkal, tehnika oblikovanja, slikanja, risanja - voščenke, akril

*Gradimo
prijateljstvo ...*



Zakaj rada prihajam v Dom Impoljca?

V dom Impoljca prihajam 12. leto. Nekaj let so bili moji obiski pri gospe Sonji. Nanjo imam res lepe in prijetne spomine.

Zadnjih šest let pa prihajam h gospe Miri. Če je le mogoče, pridem vsak teden. Moram priznati, da sva z Miro po žensko zgovorni. Zato mi v njeni družbi hitro čas mine. Včasih pa dobimo v sobo še kakšne obiske. Prav tako me Mira vsako leto povabi na rojstno-dnevno zabavo.

Iz te njene pozornosti in prave človeške topline se marsikaj naučim. Seveda pa Mira kot upokojena vzgojiteljica pozna marsikatero pesmico. Pa tudi in-

terpretacija le teh ji ni tuja. Občasno pa me razveseli še s kakšno risbo ali vizitko.

Seveda si po tolikih obiskih marsikaj zaupava. Zelo ji rada pripovedujem o svojem življenju. Zanima jo prav vse, kar se dogaja izven doma. Njeni spomini segajo na življenje v mestu, družino in njej tako lju-bo službo. Prav nikoli pa ne pozabi povedati, da je z oskrbo v domu zelo zadovoljna.

Ob vsem tem pa ne smem mimo drugih stanovalcev in uslužbencev. Upam si trditi, da v nobeni ustanovi niso namenili toliko lepih besed in trenutkov. Zato hvala Vam, Aleš, Rudi, Ivo, Irena, Štefi, Roman ...

Verjetno pred dvanajstimi leti nisem natanko ve-dela, zakaj biti prostovoljec in še manj sem vedela, kako se tega lotiti. A iskrenost in spontanost hitro



premagata predsodke. Seveda so mi pa za kakšno pomoč bile na voljo gospe Marija, Valentina in zdaj Mojca.

Prostovoljstvo razumem kot odnos s človekom in sprejemanje le tega. Ta srečanja me vsekakor boga-tijo in so še kako pomemben delček v mozaiku živ-ljenja. Če je čas vrednota, je ura, namenjena prostovoljstvu, ena boljših naložb v mojem življenju.

Vsem, ki ste mi to omogočili, pa iskrena hvala.

Milena Kerin, prostovoljka

Spoznanje

Sem učenka tretjega letnika srednje zdravstvene šole. V Impoljci sem letos opravljala prakso, lansko leto pa sem delo opravljala s pomočjo študentskega servisa kot počitniško delo (julij-avgust). Delo sem opravljala na A enoti, bilo mi je zelo všeč, bilo je za-nimivo in dan ni bil podoben dnevu. Veliko sem se naučila, saj sem imela mentorico, ki ima zelo veliko izkušenj. Naučila me je veliko teoretičnega, posebej pa praktičnega znanja, za kar sem ji zelo hvaležna. Tudi ostali zaposleni so me zelo lepo sprejeli. Vsak od njih ima veliko srce in to ni samo služba, ampak je določene vrste poslanstvo. Moje spoznanje je, da je vsak človek individualna oseba, pri vsakem je potreben drugačen pristop. Rada sem prihajala v zavod, saj so se me stanovalci razveselili, prav tako tudi jaz njih. Tako sem občasno prihajala tudi kot prostovoljka. Hvaležna sem vsakemu posebej za znanje, ki sem ga osvojila kot dijakinja in prostovoljka.

Vaša Teja Metelko, dijakinja

Gradimo prijateljstvo – stanovalci DUO Impoljca in učenci OŠ Ane Gale Sevnica

Pred dobrima dvema letoma, natančneje maja 2015 smo učitelji in učenci OŠ Ane Gale Sevnica odšli na obisk v Dom upokojencev in oskrbovancev na Im-poljco.

Stanovalcem doma in tamkajšnjim zaposlenim smo pripravili krajši kulturni program. Predstavili smo se z gledališko skupino starejših učencev, najmlajši učenci in učenke so se predstavili z glasbeno – ple-sno točko, prav tako pa tudi učenci in učenke poseb-nega programa. Pokazali smo jim tudi svoje gibal-no-športne sposobnosti. Delali smo prevale naprej in nazaj, skakali čez kozo in premagovali še druge ovire. Ker smo radi srečni in veseli, smo za konec skupaj s svojimi gledalci, zapeli pesem, Ko si srečen. Gledalci in vodstvo DUO Impoljca so se nam zah-valili za obisk in nas pogostili s čokolado in sokom. Ker pa smo se takrat tako dobro počutili med njimi, smo si zaželeli, da bi se tovrstni obiski v prihodnje še ponavljali. Zato smo se odločili, da bomo ta do-godek poimenovali GRADIMO PRIJATELJSTVO in bo to postal vsakoletni tradicionalni dogodek, ko se bomo srečevali in drug drugemu kaj pokazali in se med seboj družili.

Tako smo se dogovora držali in se v letu 2016 zno-va odpravili na obisk k varovancem DUO Impoljca. Tudi tokrat smo se jim predstavili z gledališkimi in plesno-pevskimi točkami. Gibalno-športne dejav-nosti pa smo predstavili malo drugače. Naše prija-telje iz DUO Impoljca smo povabili k sodelovanju in smo se drug z drugim pomerili v različnih športnih igrah. Za konec pa smo vsi skupaj zapeli še pesem Gradim prijateljstvo.



Gradimo prijateljstvo z OŠ Ana Gale Sevnica / junij 2016

Tudi tokrat smo se imeli zelo lepo, dan pa nam je polepšal tudi njihov kuža, ki se nam je prav tako predstavil. Ker imamo tudi živali zelo radi, nam je tudi on ostal v posebnem spominu.

Tudi v letošnjem letu 2017 se veselimo že tretjega srečanja pri naših prijateljih v DUO Impoljca.

Za OŠ Ane Gale Sevnica: Urška Volarič

Moja izkušnja opravljanja prostovoljstva

Z lansko pomladjo sem tudi jaz postala prostovoljka v Impoljci. Sem študentka socialne pedagogike in ker me delo z ljudmi zanima, sem se odločila pridobiti izkušnjo še v tej ustanovi. Od takrat naprej tu redno opravljam prostovoljstvo. Lahko rečem, da je bila to zame ena povsem nova in zanimiva izkušnja. Pred začetkom opravljanja prostovoljstva sem se malo spraševala, kako bo, kako me bodo stanovalci sprejeli, ali bom sploh imela kakšno vlogo, ampak je bila kakršnakoli skrb odveč. Čeprav večino časa preživim z eno stanovalko, sem imela možnost spoznati tudi veliko drugih, z njimi poklepetati in prav vsi so me prijazno sprejeli. S svojimi obiski želim stanovalki polepšati vsaj kakšno urico njenega časa in ji vliti novo energijo ter voljo do učenja, spoznavanja novih stvari, uživanja v življenju na sploh. Tudi sama sem skozi ta srečanja pridobila veliko novega znanja in lepih trenutkov. Vedno me pričaka z nasmehom na obrazu, in že s tem je moj namen, vsaj v neki meri, dosežen. Čez leto sem imela priložnost doživeti različne dejavnosti, ki se tu dogajajo. Prisotna sem bila na primer, na srečanju svojcev, pa na dopoldanskih dejavnostih, ki potekajo na enotah, pri praznovanju rojstnega dne ene od stanovalk,

socialni delavki sem priskočila na pomoč pri opravljanju anket, kar mi je dalo še en zanimiv vpogled v delo tukajšnjih zaposlenih. Zadnja dejavnost, ki mi je najbolj ostala v spominu, pa je koncert, ki sva se ga ob dnevu za spremembe, kot nastopajoči, udeležili s prijateljico. Vesela sem bila, ko so se ljudje pridružili najinemu petju in tako smo s skupnimi močmi preživeli prav prijetno dopoldne. Ob vsem tem bi pohvalila še svojo mentorico Mojco Knez, ki mi je že na samem začetku zanimivo in izčrpno predstavila ustanovo in njeno delovanje, zahvalila pa bi se ji še za njeno razumevanje in spodbudo. Upam, da bom s svojimi obiski tudi v prihodnje privabila še kakšen nasmeh na obraz in tako ali drugače pripomogla k uspešnemu delovanju ustanove.

Simona Golob, prostovoljka

Od alkoholika do pesnika

Peljem se mimo Impoljce. Spet se spomnim nanj. Pravzaprav se vedno spomnim nanj, ko grem tam mimo.

Impoljco poznam že od mladih let. Večkrat sem šel tja z župnikom iz Studenca. Zlasti za prve petke. Osemdeseta leta so bila to. Ko sem na prelomu tisočletja prišel v Boštanj, so naši mladi sodelovali na Impoljci kot prostovoljci. Za to obliko sodelovanja si je takrat zelo prizadevala gospa Milka Cizelj. Skupaj smo pripravili kakšen športni dan ali kakšno delavnico, sodelovali pri srečanju s svojci Odkar pomnim pa smo Impoljco obiskovali okrog svetega Miklavža.

Preseneča me, da gredo otroci ob Miklavžu zelo radi na Impoljco. Najbrž je bilo tudi kaj strahu s strani staršev, vsaj na začetku. Je pa res, da nekateri starši delajo na Impoljci in so tako stvari bolj domače.

Spominjam pa se strahu nekaterih zaposlenih. V mislih imam gospo, ki je bila resnično prestrašena. Takrat je bila prvič v službi točno na dan, ko smo imeli Miklavža. Zaskrbelo jo je, kaj se bo zgodilo, če bodo otroci obiskali najtežje bolnike ... in kakšne travme jim bodo zaradi tega ostale ... In res se je zgodilo, oziroma se vedno zgodi. Starši mi skoraj vedno povedo, da pridejo otroci iz Impoljce umirjeni, bolj spoštljivi. To čutim tudi sam.

Ja, Solce Franc. Nanj se spomnim, ko grem mimo Impoljce. Svojestven, alkoholik in pesnik ... In svobodnjak. Njega sem se še jaz prestrašil, če je bil v posebnem elementu. Kako so ta dekleta, ki delajo tam, shajala z njim? Ni mi jasno. Kako shajajo z drugimi ... Sploh denimo z moškimi, ki znajo biti nesramni, pa tudi nasilni ... Upam, da imajo ta dekleta prostor in čas ... da imajo človeka ... skupino ... da take stvari sproti odložijo in jim ni treba teh bremen nositi domov.

»Impoljca je sveti kraj«, mi je nekoč rekla uslužbenka. Res, toliko svetih zgodb, pa tudi mučeniških. Ko sem še nedavno bil z mamom ob postelji njenega sina, je mama jokala zaradi njegovega trpljenja. Bilo ji je hudo, ker sin tako trpi. Sama pa je bila dobesedno sključena od svojega trpljenja. Prizor njene sključnosti mi je dal misliti. Koliko skrbi in tudi trpljenja je na strani nekaterih svojcev, predvsem pa negovalk in sester, ki vsak dan na svoji koži občutijo in nosijo težo zgodb in bolezen teh ljudi ... Včasih pa tudi čudaštvo in nesramnost.

Ko bom šel mimo, ne bom mislil samo nanj. Mislil bom na tiste, ki tam delajo. In morajo prenesti marsikaj. In jim želim, da se bodo počutili pri delu varno. Da bodo lahko odložili težke stvari, sproti. Da bo lahek korak na poti domov.

Alfons Žibert, Boštanj



»Mednarodno poletje« z Mladinskim centrom Krško / avgust 2016



Sodelovanje z DUO Impoljca

V naši krajevni skupnosti Studenec zelo odmaknjeno od centra vasi stoji ustanova, ki jo poznajo vsi učenci na šoli. To je Dom upokojencev in oskrbovancev Impoljca. Poznajo ga, ker se velikokrat peljejo mimo, ker so tu zaposlene nekatere mamice in ker z njimi že vrsto let sodelujejo.

Letos smo bili pri njih že dvakrat. V mesecu februarju smo se z učenci od 2. do 5. razreda odpravili k njim in pletli košare. Po uvodnem pozdravu so se učenci razdelili v dve skupini. Medtem ko je ena skupina ob pomoči inštruktorja in stanovalcev pletla košare, je druga skupina likovno ustvarjala. Ker je bilo pred pustom, je veliko učencev izdelalo pustno masko. Po odmoru sta se skupini zamenjali in ob zaključku so ob vodstvu gospe Dorotee izvedli predstavitev skupin z maskami.

Učenci so ponosno odšli domov s košarami in likovnimi izdelki in z novimi izkušnjami - spoznavali so svet starejših in drugačnih. Z veseljem so pripovedovali, da so jih ustavljali stanovalci, da so se z nekaterimi rokovali, pogovarjali. Spoznavali smo tudi delovno okolje staršev in tudi različne poklice.

Z veseljem smo v mesecu marcu šli na obisk v DUO Impoljca in upamo, da smo vsem s plesom, petjem, igranjem in recitiranjem polepšali dopoldne in se tako vsaj malo oddolžili za lepe urice, ki smo jih preživeli pri njih.

Hvala vsem, ki ste nam omogočili, da smo bogatejši za te izkušnje.

Andreja Janc, vodja POŠ Studenec

Duhovna oskrba

V Domu Impoljca opravljam duhovno oskrbo že od septembra 1971. Vsak prvi petek v mesecu sem obhajal oskrbovance, ki so želeli prejeti sveto obhajilo. Ko je Dom dobil kapelo, sem začel ob prvih petkih redno maševati, ob 15. uri. Ob četrtnih pred prvim petkom sem popoldan po 14. uri na voljo za sv. spoved ali duhovni razgovor.

Poleg prvega petka v mesecu imam sv. mašo še vsak tretji ponedeljek, ob 15. uri. Ravno tako tudi ob velikih praznikih, kot je božič, novo leto, trije kralji, velika noč idr.

Na voljo sem tudi oskrbovancem, kadarkoli si kdo želi duhovno pomoč: sv. spoved, sv. obhajilo ali bolniško maziljenje.

Lepo se zahvaljujem vodstvu Doma in uslužbencem za nemoteno duhovno delovanje.

Anton Bobič, župnik

Pravljicne ure v Domu upokojencev in oskrbovancev Impoljca

»Brati pomeni – spomniti se. Na misli, ki so tvoje, pa jih je zapisal nekdo drug, spomniti se na to, kar misliš, da si, pa je to vedel nekdo drug, sto let preden si se rodil, na bolečino, ki se ti zdi samo tvoja in zato neizmerna, a jo je zapisal nekdo drug na drugem koncu sveta. Berem, torej sem.« (Vesna Milek) Tudi mi beremo. V sodelovanju z Domom upokojencev in oskrbovancev Impoljca se s stanovalci doma mesečno srečujemo ob dobrih zgodbah. Naša srečanja so vesela in zanimiva, stanovalci izredno radi poslušajo zgodbe, se poistovetijo s pravljicnimi liki



Obisk novomeškega škofa msgr. Andreja Glavana / december 2016



in večinoma brez težav spregovorijo o sebi in svojem doživljanju. Poleg druženja ob knjigah skušamo pri naših srečanjih zasledovati določene terapevtske cilje, kot so poudarjanje in obnavljanje primarnih vrednot, torej poštenosti, resnicoljubnosti, dobrote, iskanje vzporednic v resničnem življenju stanovalcev, sprejemanje pravil življenja in upoštevanje skupnih dogovorov ter izražanje stisk in drugih občutij skozi celotno obdelavo vsebine pravljičice.

Srečanja se odvijajo v prostorih doma, ob zaključku vsake bralne sezone pa gremo na krajši izlet v bližnji okolici. Pravljične ure vodi bibliotekarka iz Knjižnice Sevnica ob strokovni pomoči delovne terapevtke iz DUO Impoljca.

Branje nas povezuje in druži, nas bogati z včasih humornimi, včasih žalostnimi, a vedno z zgodbami, v katerih se na nek način zrcalijo naša doživljanja, strahovi, dvomi. Hkrati nas opogumljajo, da smemo upati in zaupati, da se tudi v našem življenju stvari uredijo kot je prav, oziroma nam pomagajo sprejeti bivanje, kot nam je dano.

Anica Ganc, bibliotekarka, Knjižnica Sevnica

Spoštovani!

Srečanje svojcev je bilo znova zelo lepo doživetje. Zahvaljujem se vam za trud ob tako velikem dogodku, ki ste ga odlično izpeljali.

Sprejeli ste nas tako prisrčno, kot da smo tudi mi vaši. Vedno bolj se mi zdi, da je to res. Vem, da bo tako tudi ostalo in se bomo še velikokrat tako prisrčno objeli.

Iz srca hvala za vse. Lepo se imejte. Pozdrav vam in vsem ostalim,

Zorka Japelj

Spoštovani!

Izjemna hvala za vso skrb in prijaznost.

Družina Bašek

Spoštovana direktorica,

v svojem imenu in v imenu vseh svojcev se vam iskreno zahvaljujem, da ste našega Petra Mravljaka sprejeli v svojo institucijo in ga sprejemate ter se skupaj s sodelavci trudite in prizadevate, da bi se med vami dobro počutil.

Hkrati pa se opravičujem za morebitne nevšečnosti, ki so, ali bodo nastale s strani Petra oziroma s strani nas svojcev. Vljudno vas prosim, da nas na to opozorite, hvaležni vam bomo. Zavedam se, da se učimo vse življenje. Moram pa se še posebej zahvaliti za izjemno korektno ter prijazno sodelovanje s socialno službo, zlasti z gospo Zdenko, prav tako tudi glavno medicinsko sestro, gospo Vesno in seveda z vsemi drugimi ...

Hvala vsem, ki skrbijo za Petra, v želji in upanju, da se večkrat srečamo, se slišimo po telefonu oziroma si pišemo glede rešitev morebitnih nastalih težav, ali pa si zaupamo kaj lepega. Tudi v prihodnje vam želim veliko veselja in uspehov pri opravljanju vašega poslanstva.

Lepo pozdravljeni!

Zofija Mavrič



Otvoritev razstave unikatnih likovnih mojstrov / junij 2016



V LETU 2016 JE DOM PRIDOBIL CERTIFIKAT KAKOVOSTI E-Qalin® A

Analiza dela skupin EQ v letu 2016

Na Impoljci je delovalo osem skupin za kakovost. Ocenjevali smo kriterije in kazalnike na petih področjih (podrobneje so predstavljeni spodaj). Letošnja novost je ta, da smo pri delu začeli uporabljati program MAPP.

KRITERIJI - procesi

Področje	Procesi
Stanovalci	Oblikovanje življenja/Socialni odnosi Komuniciranje/Kultura komuniciranja Negovalni proces/Metodično delo Negovalni proces/Uporaba pripomočkov in sredstev za delo Spremljanje umirajočih in slovo
Delavci	Delovni čas/Združljivost družine in poklica Komuniciranje in obveščanje/Stik z vodstvom Sodelovanje in participacija/Soupravljanje zaposlenih Sodelovanje in participacija/Praktikanti Izboljšanje zdravja/Fizično in psihično zdravje
Vodstvo	Politika doma/Vrednote organizacije in oblikovanje organizacijske kulture Organizacija/Struktura komuniciranja Finančni viri/N načrtovanje in usmerjanje Procesno vodenje/ Spremembe in projekti Razvoj kadrov/N načrtovanje osebnega razvoja in poklicnega napredovanja Kakovost/Spoštovanje zakonov in pogodb Upravljanje zgradb in naprav/Zgradba in oprema
Okolje	Partnerji in širša družba/Komuniciranje in sodelovanje Upravni organi-nosilci stroškov/Komuniciranje in sodelovanje
Učeca se organizacija	Učenje/Učenje iz izkušenj in od drugih Prenos naučenega/Ravnanje z izboljšavami in pritožbami Ocenjevanje/Refleksija in povratna informacija



Postopki ocenjevanja so potekali enako kot v prejšnjem letu (načrt, spremljanje, preverjanje, uvajanje v prakso, izpostavljanje problemov in podajanje predlogov). Pri kriterijih smo dosegli 252 od možnih 294 točk, kar znese 85,7 odstotkov.

KAZALNIKI-rezultati

Skupina za vodstvo je ocenjevala še kazalnike. Pridobiti in zbrati je bilo treba podatke za leto 2013, 2014 in 2015. Podatke so pripravile tiste službe, ki jih zbirajo.

Področje	Kazalnik
Stanovalci	Kakovost spremljanja/komuniciranje/Zadovoljstvo s komunikacijo Kakovost spremljanja/Zasebnost/Zadovoljstvo z zasebnostjo
Zaposleni	Zadovoljstvo zaposlenih/ Pripadnost zaposlenih/ Sprejemanje vizije Zadovoljstvo zaposlenih/Razvojne možnosti/Zadovoljstvo z možnostjo osebne- ga in poklicnega razvoja
Vodstvo	Gospodarnost/ Material/ Stroški materialnih sredstev za pranje
Družbeni učinek	Zadovoljstvo/ Zadovoljstvo drugih udeležencev/ Prostovoljno delo
Naravnost na prihodnost	Razvoj/ Usposabljanje/Zadovoljstvo z organiziranimi oblikami usposabljanja Trajnost/ Odzivnost doma na družbene spremembe/Delež moških v kolektivu

Pri kazalnikih smo dosegli 190 od možnih 192 točk, kar znese 98,9 odstotkov.

Po pregledu sem ugotovila, da so skupine za srečanja porabile povprečno manj časa od planiranega (3,51 - 9 ur, skupno povprečje - 6 ur, planirano 10 ur na vsako posamezno skupino).

Po fazi ocenjevanja je začela z delom skupina za razvoj. Skupino je vodila gospa direktorica, članov je bilo 10, v skupini sta sodelovala tudi predstavnika svojcev in stanovalcev. Skupina za razvoj je obravnavala vse izpostavljene probleme in predloge, ki so jih podale skupine za kakovost (zbrani so v skupni brošuri) in izbrale tiste, ki se bodo realizirali. Opredelila je tudi, kdo je zadolžen za posamezne aktivnosti in čas, do katerega se morajo aktivnosti – naloge izpeljati (določitev prednostnih nalog oziroma ukrepov za izboljšave). Ker je obravnava potekala v MAPP programu, je bilo za obravnavo predlogov potrebno več časa in se je morala skupina za pregled sestati 3 x (v enotah po 2 x).



Analiza realizacije:

- Skupina je izbrala in predlagala devet zadolžitev, realiziranih je bilo sedem (77,7 %).
- V preteklem letu smo izvajali projekt Gibanje za veselje in zdravje, ki ga bomo v letu 2017 nadaljevali.

Predstavitev analize anket iz leta 2016

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

V letu 2016 smo uvedli še dodatne spremembe – možnost izpolnjevanja anket po spletu.

Naslov spletne povezave: <https://www.1ka.si/a/81322>

Rezultati ankete na področju stanovalcev

Poudarila sem le najboljše in najslabše ocenjene elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je treba izboljševati. Ocene po posameznih področjih: **Standard nege in oskrbe (4,60), Komunikacija (4,54), Dodatne dejavnosti (4,57), Avtonomijo (4,52) in Zasebnost (4,51)**. Skupna ocena zadovoljstva je 4,57 (maksimalna ocena je 5).

Distribucija ocen zadovoljstva:

- 3 odstotki niti zadovoljni, niti nezadovoljni,
- 27 odstotkov zadovoljni,
- 69 odstotkov zelo zadovoljni.

Rezultati ankete na področju svojcev Impoljca

Poudarila sem le najboljše in najslabše ocenjene elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je treba izboljševati. Ocene po posameznih področjih: **videz doma (4,94), Vključenost (4,68), Standard nege in oskrbe (4,67)**. Skupna ocena zadovoljstva je 4,72 (maksimalna ocena je 5).

Distribucija ocen zadovoljstva:

- 1 odstotek niti zadovoljni, niti nezadovoljni,
- 19 odstotkov zadovoljni,
- 80 odstotkov zelo zadovoljni.

Rezultati ankete na področju zaposlenih Impoljca

Poudarila sem le pozitivne in kritične elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je treba izboljševati. Ocene po posameznih področjih: **Sprejemanje vizije (4,11), Organizirane oblike usposabljanja (3,91), Interdisciplinarno sodelovanje (3,78), Osebnostni in poklicni razvoj (3,76), Klima v organizaciji (3,76)**. Skupna ocena zadovoljstva je 3,81 (maksimalna ocena je 5).

Distribucija ocen zadovoljstva:

- 3 odstotki nezadovoljni,
- 25 odstotkov niti zadovoljni, niti nezadovoljni,
- 53 odstotkov zadovoljni,
- 18 odstotkov zelo zadovoljni.



Spremljanje odstotkov udeležbe pri izpolnjevanju ankete:

Področja	% udeležbe 2013	% udeležbe 2014	% udeležbe 2015	% udeležbe 2016
Svojci	27,7	23,4	39,9	29,15
Zaposleni	50,58	77,45	74,85	74,39
Stanovalci	50,33	45,82	50,67	52,5

Odzivnost stanovalcev je bila, v primerjavi s preteklim letom na Impoljci za 1,93 odstotkov manjša, cilj (45 odstotkov) je dosežen. Odzivnost zaposlenih je bila, v primerjavi s preteklim letom na Impoljci za 3,06 odstotkov manjša, cilj 70 odstotkov, je dosežen. Odzivnost svojcev je bila, v primerjavi s preteklim letom na Impoljci za 10,75 odstotkov manjša, cilja (50 odstotkov) pa še nismo dosegli.

V letu 2016 smo junija imeli tudi zunanjo presojo na področju kakovosti. Iz Bureau Veritasa sta prišla dva presojevalca. Podrobno sta pregledala našo dokumentacijo, opravila razgovore s posamezniki (zaposlenimi, stanovalci, svojci) in na koncu ocenila naše delo.

V končnem poročilu, ki sta ga poslala, sta podala pozitivno oceno in tako smo za tri leta pridobili certifikat kakovosti in pravico do uporabe simbola kakovosti.

Tatjana Kolar
Višja delovna terapevtka - svetovalka
Procesna vodja EQ

Predlogi in pripombe svojcev v anketah EQ – IMPOLJCA 2016

POHVALE	PRIPOMBE	PREDLOGI
Prizadevanje vseh zaposlenih, da stanovalci zgledno funkcionirajo (5+).		
Nаша sestra ne skrbi sama za osebno higieno. Kljub temu je lepo negovana tudi kadar pridem slučajno na obisk – nenapovedano. Občudujem vedno prijazen in človeški pristop sester in negovalnega osebja, čeprav imajo težko in stresno delo.		
Zelo sem zadovoljna in samo pohvala vsem osebju v domu (C).		
Smo zadovoljni do 100% (A).		
Pohvala.		
Stanovalka je zadovoljna z oskrbo in se dobro počuti v vašem domu. Pohvalno za organiziranje dogodka in srečanje svojcev.		
Lahko vas samo pohvalim, HVALA ker zmorejo tudi naši člani živeti lepo življenje kljub njihovim zdravstvenim težavam in so slišani, spoštovani, predvsem pa ljubljeni! Zelo sem vesela zanj, da zmore imeti lepo življenje. Hvala!		
	Morali bi bolj spoštovati negovalno osebje (C).	Da večkrat obvestijo svojce, sploh če je bolan, da izvejo.
	Brez pripomb!(BE)	
Želim, da ostane tako kot je bilo do sedaj. Hvala (BE)		
Korekten sprejem (C)		Kakšna cigareta več.
Sestro Vesno in ostale sestre.		Več aktivnosti izven doma in fizične aktivnosti.
Zelo dober dom za vse oskrbovance.		
Želim pohvaliti vse zaposlene. HVALA VAM za vaš trud in čas, ki ga izkazuje oskrbovancem in prijaznost tudi nam svojim. HVALA!		Pogrešam čudovito petje domskih sester.

Predlogi in pripombe svojcev v anketah EQ – IMPOLJCA 2016

Hvala za vse.		
Vse zaposlene v domu, kateri negujejo paciente (stanovalca) ter se trudijo za njegovo počutje.		
Imate zanimive dejavnosti za ljudi in dogajanja (prireditve), ko pridemo na obiske ste prijazni do nas in do ljudi, stanujočih v domu.		
Osebe C oddelka, strokovno osebje, prijaznost vratarja.		
Odlično.		
Zelo smo hvaležni za vašo skrb (D).		
Osebe na C oddelku, strokovno osebje.		
Hvala za oskrbo.		
Pohvala vsem zaposlenim, od vratarjev, zaposlenih v Dvorcu in vsemu medicinskemu osebju.		
Vse v redu! Zelo velika pohvala.	Ni	Več srečanj.
Hvala za vso skrb in razumevanje.		
In želim da dom še naprej deluje kot do sedaj.		
Obe socialni delavki, glavno sestro Natalijo, inštruktorja Slavka in specialno pedagoginjo Jožico.		
Hvala za vso vašo skrb in dobroto!(D)		
HVALA ZA VSE, ČISTO VSE! Človek nima besed, ki bi lahko nadoknadile vse pohvale, ki jih delavci nudite našim domačim. Veseli smo tudi današnjega dogodka, kjer lahko delimo naše zahvale vašemu delu. Bodite zdravi in še enkrat HVALA.		
Zelo se trudite in ste zelo prijazni!		
Vse pohvale (C), sem zelo zadovoljna in še tako naprej.		
SUPER DOM! Vsa pohvala, ta dom je super. Vsi so zelo prijazni in spoštljivi.		



Spoštovani dr. Božidar Groboljšek

Poti našega skupnega sodelovanja se bodo po mnogih letih predvidoma v mesecu juniju razšle. Že precej časa ste nas pripravljali na ta dogodek, zdaj pa lahko zagotovo povemo, da si dela v ambulanti in med ljudmi, brez Vas ni lahko zamišljati.

Od leta 1983 ste bili naš nepogrešljiv sodelavec, ki mu je vredno zaupati, strokovno podkovan in bogat z izkušnjami. Ste človek vrlin in življenjske energije, ki znanju in izkušnjam vedno doda tudi pravo mero zdravega razuma. Spoštovanje ste si pridobili z vsemi, ki smo imeli v teh letih priložnost sodelovati z vami. Odlikuje vas optimizem in veselje do življenja. Ste Človek, s katerim nam je bilo sodelovanje v veliko čast in veselje. Hvala vam za vse!

Spoštovani dr. Božidar Groboljšek!

Kamorkoli vas bo vodila življenjska pot, naj vam vir življenjske energije ne usahne in naj vam bo zdravje naklonjeno. Vedno ste dobrodošli v naši sredini.

S spoštovanjem, stanovalci in zaposleni Doma Impoljca



*ŠOPEK, izdelek delovne terapije
Kombinirana tehnika*

Zavezanost sočutju

Čudenje pomeni,
da z novim odtenkom obarvamo,
kar je na prvi vtis predvidljivo,
na kar smo navajeni vsak dan ...
To lahko naredimo le tako,
da na vse, kar nas obdaja,
gledamo vedno z novimi očmi ...
Vzemimo si čas za opazovanje
in uživanje v podrobnostih.
Saj če se dobro ozremo naokoli,
je vse eno samo čudenje ...

65 let našega Doma.
Eno samo čudenje ...
Koliko oseb, koliko zgodb,
koliko drobnih radosti,
koliko svetlih utrinkov,
koliko zastrtih bolečin ...
Kako zmoremo vsi skupaj?
Čas ni naklonjen občutljivosti.
Gledati vedno z novimi očmi,
obarvati vedno znova z novim odtenkom,
videti s srcem,
tudi tiste majhne, velike darove, kot so:
Kje si bila? pogrešam te, lepo se imej,
srečno vožnjo, lep vikend, rad te imam ...
In zavedanje poslanstva
zavezanosti Sočutju
kljub vsemu ...

*Za uredniški odbor:
Jožica Piltaver,
specialna pedagoginja*



Ogled razstave, Kostanjevica na Krki / avgust 2016



Vsebina

Spoštovani!3

Dokler stopamo v pravo smer, dolžina korakov pravzapravni pomembna5

Dobrodošli v naš dom!7

Vselitev v dom8

Pogoji za sprejem8

Poslanstvo, vizija, vrednote in vodila.8

Poslanstvo9

Vizija10

Vrednote10

Vodila10

Temeljne razvojne usmeritve za delo11

Dobro je vedeti12

Podajanje informacij o zdravstvenem stanju in spremljanje svojcev na specialistične preglede14

Obveščanje15

Obiski naj nam bodo vsem v veselje15

Ukrepi ravnanja ob kontaktnih izolacijah16

Učne delavnice17

Predavanje o sladkorni bolezni18

Zdravstveno vzgojno delo - pomoč pri izločanju18

Prehladi v zimskih dneh19

LITERARNA ZAKLADNICA 21

Prelepa Dolenjska22

Značilnosti krajev, kjer smo bivali23

Moj dom25

Obisk25

Ničemur se ne čudi25

O meni26

Obisk rodne vasi.27

Moj kuža Medo27

Moji spomini na študentska leta ... *my memories of student life* ...

meine erinnerungen auf studenten jahre27

V tujino27

Svet zase28



Moja ljubezen	28
Rada sem tu	28
Moja izkušnja bivanja na Impoljci	28
Glasba nas povezuje.	29
Sadimo, zalivamo, okopavamo ... radi vrtnarimo.	30
Sajenje paradižnika	30
Marinka.	30
Telovadba.	30
»Z gibanjem do veselja in zdravja« – projekt 2016	31
Teden Simbioze giba	31
Specialna Olimpiada Slovenije.	32
Fitnes v Laškem	33
Wellness »Fit in sit«	33
Interesne dejavnosti	34
Pohodništvo	36
Sprehod.	36
Gibanje ... masaža ... magnetna terapija ... z BioSinhronom	36
200. radijska oddaja v letu 2017	37
Vreme in meteorologija.	38
Moje sanje o pravadnini	38
Projekt »Posavci beremo skupaj«	40
Izlet	40
V Sevnici	42
Človeku koristne živali	42
V živalskem vrtu.	42
Zaposlitvena skupina	42
Intervju z vodjo pralnice	44
Slavnostna otvoritev GS Brezovo in GE Studenec	45
Studenčki.	45
Nova gospodinjska skupnost	46
Brezovo	46
Selitev v obnovljene prostore	47
Prenova bivalnih prostorov	47
V gospodinjskih skupnostih na Mrtovcu pa tako	48
Različnost nas bogati	51
Škocjanski Karitas znova obiskal DUO Impoljca	51



Družabne igre s prijatelji iz Krke	51
Obisk Kerinovič	52
Obisk OŠ Ane Gale	52
Grad Brestanica	52
Zadišalo je po kostanju	54
Pod pisanimi notami spomina	54
5. likovna kolonija.	55
Gospod Marjan	55
Od pike do pike ... vzorec.	56
Izgubljeni zajček	56
Zima.	56
Priprave v prazničnem decembru	57
Praznična peka piškotov	57
Jaslice	58
Hitro, hitro se čas vrti	58
Sreča.	58
Učenje razgiba življenje.	58
Kopanje na bazenu v Brestanici	59
GRADIMO PRIJATELJSTVO.	61
Zakaj rada prihajam v Dom Impoljca?	62
Spoznanje.	63
Gradimo prijateljstvo – stanovalci DUO Impoljca in učenci OŠ Ane Gale Sevnica.	63
Moja izkušnja opravljanja prostovoljstva	64
Od alkoholika do pesnika	64
Sodelovanje z DUO Impoljca	66
Duhovna oskrba	66
Pravljичne ure v Domu upokojencev in oskrbovancev Impoljca.	66
V letu 2016 je dom pridobil certifikat kakovosti E-QALIN® a	70
Spoštovani dr. Božidar Groboljšek	76
Zavezanost sočutju	77

Priprava gradiva:

Jožica Piltaver, specialna pedagoginja
Tatjana Kolar, delovna terapevtka
Lili Merlinn, delovna terapevtka
Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka
Gorazd Pavčnik, skupinski habilitator
Andreja Flajs, direktorica

Lektoriranje:

Umetnost besede, Jasmina Spahalić s.p, mag. slovenistike

Računalniška obdelava, tisk in vezava:

Fotografika Boštjan Colarič s.p.

Naklada:

350 izvodov

Številka dokumenta:

091-3/2017-1

