

UPOKOJENEC

Glasilo izdaja: DU Lovrenc na Pohorju

Letnik: 17

Številka: 1

Lovrenc, december 2009



Uvodnik

Prostovoljno delo in pomoč sočloveku!

Prostovoljno delo je odločilnega pomena za razvoj vseh nas, kot tudi za razvoj naše družbe v pošteno, socialno in duhovno bogato družbo, prijazno do vsakega izmed nas. Če si med seboj pomagamo, zmoremo več. Skupaj pa lahko ustvarimo tako družbo, kot si je vsi želimo. In zakaj ne bi bili še drugim za vzgled, saj tudi to nič ne stane, ogromno pa pomeni in koristi. Prostovoljno delo in poštenost sta velikanskega pomena.

Poudarek na poštenosti v družini, vzgoji in šolstvu, na delovnem mestu, med ljudmi, med prijatelji in znanci je velikega pomena; saj krepi in učvrščuje odnose med ljudmi v gospodarstvu in politiki ter daje pošten polet in uspešnost narodu, gospodarstvu, politiki in družbi. Nepoštenost na kateremkoli področju bi morala biti zelo hudo kaznovana. Poštenost pa nagrajena.

V poslovnem življenju uporabljajo sicer različne prijeme in metode za doseg dobrih poslovnih rezultatov; a vendar, če delo ali proizvodnja, pa tudi prodajni in nabavni tokovi potekajo na podlagi tehnične in ekonomske znanosti in na podlagi tovrstne filozofije, ki mora biti v uspešnem gospodarstvu nujno prisotna, so dobri rezultati v gospodarstvu nujni. Na podlagi dobrega gospodarstva se realno krepi moč naroda in pomembnost politike in končno države. Narod, ki živi v državi, ki ima posluš za socialo in pospešeno vzpodbuja uspehe v proizvodnji, je lahko srečen danes in v prihodnosti.

Vsi, ki že sodelujete v prostovoljstvu, in tisti, ki stopate v te vrste, je prav, da sprejmete prostovoljstvo kot slog življenja. Izkušnje in misli prostovoljcev so najboljša pot do dozorelega spoznanja, kaj prostovoljstvo sploh je.

Nikoli človeku ni žal časa – še posebno, če ga to veseli – za prostovoljno delo, saj je to najlepše in najboljšo darilo sočloveku. Pri prostovoljnem delu človek ni nikoli osamljen; vsak dan srečuje mnogo ljudi, prijateljev, znancev in sodelavcev. Verjetno je med njimi res malo bogatih, z denarjem, je pa veliko takih, ki so plemeniti po srcu, duši in dejanjih.

Prostovoljno delo je eden od temeljnih kamnov civilne družbe, saj oživlja najplemenitejša stremjenja človeštva in prizadevanja za mir, svobodo, humanost, varnost in pravičnost za vse ljudi. Prostovoljnost daje priložnost za razvoj in krepitev človeških vrednot, daje možnost za uveljavljanje pravic in odgovornosti do sočloveka, osvešča in deluje v preprečevanju negativnih dejanj in pojavov v družbi, spodbuja razvijanje in pridobivanje novih znanj in spoznanj, razvija solidarnost v okviru družine, skupnosti, države in sveta.

S prostovoljnim delom se krepi tudi narodna moč za razreševanje socialnih, kulturnih, ekonomskih ter varstvenih težav in tako se tudi ohranja in izboljšuje kakovost življenja ljudi vseh generacij. Prostovoljno delo je tudi izraz dobre volje občanov, ki se prostovoljno vključujejo v razne oblike in vsebine dela z ljudmi raznih generacij. Prostovoljci izvajajo take naloge, ki jih javne in strokovne službe ne morejo. Pri tem gre za osebni odnos s človekom v njegovem najbližjem okolju, za zaupanje

v nudenju pomoči v različnih situacijah, ki jih najlaže pomaga reševati človek v neposrednem okolju.

Pri starejših prostovoljcih prevladujejo človekoljubni, humanitarni motivi; občutljivost za pomoč sočloveku, soodgovornost za pomoč ljudem v stiski. Pri mladih so motivi drugačni. Pri njih gre za socialno druženje, za spoznavanje življenja drugih ljudi in za osebno rast ter humanizacijo medsebojnih odnosov.

Kjerkoli prostovoljec deluje, naj seje dobre misli; tako se bo prebujala in ohranjala slovenska zavest dobrih ljudi in spoznanje, ki ga je poudaril že pesnik Simon Gregorčič: »Srečen ni tisti, kdor srečo uživa sam, temveč tisti, ki jo deli med ljudmi.«

Vaš urednik:
Jožef Javornik, oec.

VOŠČILO

Novo leto,
upam, da želje niso prevelike!
Izpolni vsem jih brez razlike!

Daj
lačnim kruh in
bolnim zdravje,
vsem zadovoljstvo in veselje!

To moje so iskrene želje.

Ančka Dover

SREČNO



Ko sem razmišljal, kako naj začnem moj prispevek za vaš časopis, sem se domislil govora, ki sem ga imel ob letošnjem občinskem prazniku. Mnogi med vami ga niste imeli priložnosti slišati, tistim, ki ste bili prisotni v dvorani, pa bo osvežil spomin na dogodke letošnjega leta in načrtovane projekte, ki jih v lokalni skupnosti vodimo.

Spoštovane dame in gospodje (govor ob občinskem prazniku, 29. avgust 2009).

Opravičujem se, da prekinjam čudoviti nastop gospe Mance Izmajlove. Ni nam pogosto dano, da v tej dvorani začutimo glasbo na način, ki jo znajo pričarati res pravi umetniki. Lepo vas pozdravljam, gospa Manca Izmajlova s soprogom in sodelavci, in vam želim prijetno bivanje med nami.

Prepričan sem, da z nami v dvorani uživajo vsi dragi gostje, ki so nas počastili s svojim obiskom, kot tudi vsi dobitniki občinskih priznanj, ki bodo na današnji prireditvi odlikovanja prejeli. Že sedaj iskreno čestitam vsem, ki ste v tem in preteklih letih zaznamovali življenje in delo v lokalni skupnosti.

Med nami pozdravljam gospo Olgo Franca s soprogom, ki je podpredsednica SLS in danes zastopa mag. Radovana Žerjava, ki se je zaradi zadržanosti opravičil.

Iskren pozdrav poslancu gospodu Ljubu Germiču.

Pozdravljam župana Selnice ob Dravi, gospoda Jurija Lepa, podžupanja Podvelke, gospo Slavico Pečovnik Urh in ostale predstavnike občin, direktorje gospodarskih družb, javnih podjetij in zavodov ali njihove predstavnike, vse donatorje, lep pozdrav g. župniku in predstavnikom sedme sile (v kolikor so med nami). Pozdravljam vse predsednike političnih strank in članice in člane občinskega sveta, odborov in uprave. Vesel sem obiska naše bivše sodelavke in direktorice občinske uprave, gospe Zorice Zajc Kvas s soprogom, ki je v preteklih letih veliko prispevala, da lahko danes govorimo o uspešni upravi, prijazni ljudem. Lep pozdrav tudi vsem predsednikom društev in sekcij, ki skrbijo za to, da društvene dejavnosti v občini uspešno delujejo. In ne nazadnje pozdravljeni vsi, ki ste danes napolnili to dvorano.

Ko sem lani na tem mestu nekoliko bolj kritično spregovoril o poizkusih zmanjševanja pomena ustanovitve in statusa naše občine, sem bil s strani posameznikov okrcan, da bi lahko to storil bolj taktično, manj neposredno. Prepričan sem, da sem ravnal prav.

Če bi tako ravnali naši politiki v primeru meddržavne spora, povezanega s slovensko hrvaško mejo, če bi slovenska politika ukrepala dovolj hitro in dosledno pri prvih poizkusih izničenja naših osamosvojitvenih naporov in spornega premikanja mejne črte, bi se danes pogovarjali predvsem o gospodarski izmenjavi in negovali prijateljske odnose med narodoma. Evropa brez meja ne pomeni, da države ne poznajo svojega ozemlja in svojih meja. Evropa brez meja pomeni lažji prehod teh meja, nemoten pretok ljudi, znanja in storitev. Ni prave samostojnosti, če ne poznaš svojega ozemlja, zato zagotovo nismo ravnali pametno, ker smo se odločali za nove evropske integracije, brez predhodne rešitve odprtih vprašanj meja, ki bodo še leta zastrupljala naše medsebojne odnose.

Lokalna skupnost seveda nima mejnih sporov, nima ozemeljskih zahtev. 84 km² površine naše občine nam že samo po sebi predstavlja dovolj velik problem pri vzdrževanju cest. Po obnovi lokalne ceste na Rdeči breg, ki smo

jo končali v lanskem letu, smo letos pričeli obnovo lokalne ceste na Recenjaku, dela pa se bodo pričela končno tudi na Srpsarski poti. Vsaka nova modernizacija cest pomeni poleg višjega standarda za prebivalce tudi sorazmerno nižje stroške vzdrževanja, zato ne more biti edino merilo za pričetek obnove občinske ceste le število prebivalcev na nekem področju, temveč tudi zahtevnost terena za vzdrževanje teh cest.

Kljub velikim potrebam na cestnem področju so imela zadnja leta prednost predvsem vlaganja v komunalno infrastrukturo in investicije na področju vzgoje in izobraževanja. K dodani vrednosti naše lokalne skupnosti bodo najbolj prispevali mladi, ki bodo imeli primerljive pogoje izobraževanja z ostalimi mladostniki v Sloveniji. Z dokončanjem večnamenske športne dvorane v prihodnjih mesecih dobiva naša občina objekt, ki bo zadovoljeval potrebe predšolske, šolske in izvenšolske mladine na področju športa, kot tudi širše na področju kulturnih dejavnosti v občini.

V ozadju te mogočne dvorane v nastajanju se sramežljivo skriva naš otroški vrtec. Postal je kar malo neopazen, vendar še kako pomemben. Na naše veliko veselje se število otrok povečuje in s tem se povečujejo potrebe po širitvi vrtca. Vodstvo šole v tem trenutku uspešno rešuje prostorsko stisko z aktiviranjem nadomestnih učilnic v stari šoli. Storili bomo vse, da tudi v prihodnje ob vpisu ne bo potrebno zavrniti niti enega otroka, tudi če bo zato potrebno žrtvovati kakšen kilometer ceste in obnovo premakniti v kasnejše obdobje.

Tudi naša vlaganja, ki jih bomo v prihodnjem mesecu pričeli na področju Spodnjega trga, gredo v smeri večje varnosti otrok v prometu. Tukaj bo nastalo novo parkirišče, novo avtobusno postajališče ob cerkvi sv. Križa in pločnik do šole. Z dokončanjem parkirišča ob športni dvorani pa bomo zaključili ciklus zagotavljanja novih parkirnih mest v kraju in istočasno izboljšali varnost prevozov otrok v šolo in vrtec.

V preteklem letu smo v lokalni skupnosti sprejeli energetske zasnove naše občine. Sam po sebi je dokument le kos papirja brez prave teže, zato želimo, da načrtovane ukrepe na tem področju tudi postopno realiziramo. Zahteve Evropske unije po čim večji lastni energetski oskrbi iz obnovljivih virov so visoke. Z izgradnjo prve male hidroelektrarne na Radoljni in mikro kurilne naprave za ogrevanje javnih zgradb v Spodnjem trgu, bomo pričeli udeležati ta cilj. Upam, da bomo kmalu rešili zaplete v povezavi z gradnjo elektrarne, da bo lahko končno stekla prepotrebna obnova dela Kovaške ceste in ceste ob Radoljni, ki sta v razpadajočem stanju.

Zaradi mnogih drugih potreb smo v zadnjih letih nekoliko zanemarili vlaganja na področju kulturne dediščine, pa vendar nam bo letos uspelo dokončati obnovo strehe in zvonika na cerkvi sv. Radegunde, ki je v naši lasti in je namenjena kulturni dejavnosti v občini.

Žal ne morem mimo projekta izgradnje doma starostnikov, ki ga napovedujem že nekaj let. Sram me je, da sem lansko leto sodeloval pri položitvi temeljnega kamna in poslušal nerealne obljube koncesionarja. Sram me je za-

radi vseh tistih starejših, ki so bili prisotni na prireditvi in so se napovedane nove pridobitve v občini iskreno veselili. Sram me je zaradi tistih sorodnikov, ki skrbite za svoje ostarele, pa tega bremena več ne zmorete. Zato pozivam vse, ki lahko pri tem projektu pomagajo, da strnemo vrste, da pozabimo na strankarska nesoglasja in storimo vse, da udeležimo dano obljubo o izgradnji doma starostnikov, ki ga naše okolje nujno potrebuje.

In ker se svet s tem mandatom ne bo končal, pripravljamo za naslednje mandatno obdobje dva projekta, ki sta za lokalno skupnost zelo pomembna. To je dolgo pričakovan pričetek obnove državne ceste Ruta – Pesek vključno z obnovo skozi trško naselje in medobčinski projekt vodooskrbe Rute in Činžata s povezavo do Puščave in navezavo na lovrenški vodovodni sistem. Slednji bo v večji meri financiran z evropskimi sredstvi in bo zagotavljal varno oskrbo naše občine s pitno vodo tudi v prihodnjih letih.

Spoštovani. Hvala vam za podporo, ki smo je skupaj z občinskim svetom in upravo deležni pri realizaciji zastavljenih ciljev. Storili bomo vse, da naša lokalna skupnost postane še bolj prijazna za ljudi, ki tukaj živijo, se k nam priseljujejo ali nas, kot turisti, občasno obiskujejo.

Vsem občankam in občanom naše občine čestitam ob 11. občinskem prazniku. Ne dovolimo, da trenutna svetovna gospodarska kriza, ki ima vzroke v človeškem egoizmu in nepoštenosti, iz nas naredi čustvene pohablence in nepopravljive nergače. Še bolj stopimo skupaj, še bolj se povezujemo znotraj naših domačih skupnosti in presenečeni bomo ugotovili, da smo močnejši in bolj pripravljeni iskati rešitve za lepši jutri. Hvala.

Spoštovani. Ne morem mimo dogodkov, ki so se zgodili v mesecih po občinskem prazniku. Res je, da smo si želeli nekaj miru za dokončanje letošnjih investicij in pripravo novega finančnega načrta (proračuna) za leto 2010, a so bile to le pobožne želje. Odpoved koncesijske pogodbe naše zdravnice gospe Metke Fišer Zobovič ni bila načrtovana, vzpodbudili so jo zadnji ukrepi države in zdravstvene zavarovalnice. Po večmesečnih prizadevanjih in mnogih pogovorih z zdravnico, zdravstvenim zavodom, zdravstveno zavarovalnico, zdravstveno zbornico, sem lahko ob srečanju starejših občanov (v Lovrencu jih je okoli 120 starejših od 80 let), povedal razveseljivo novico, da zdravnica ostane. Dogovorila sva se, da ji v času krize pomagamo tako, da prevzamemo financiranje funkcionalnih stroškov za prostore Zdravstvenega doma in ji ukinemo najemnino. Ker gre za okoli 5000 EUR na leto, si nisem niti v sanjah predstavljal, da bodo posamezni občinski svetniki proti taki rešitvi. Še posebej, ker poznam nekaj primerov, ko občine zdravnikom ponujajo stanovanja in službene avtomobile, samo, da pridejo v njihovo okolje. Žal so se predvolilne aktivnosti pri nas že pričele. Ni bilo pomembno, ali zdravnica prekliče svojo odpoved, pomembno je bilo to, da posamezniki v občinskem svetu županu dokažejo, da je bila odločitev za podelitev koncesije leta 2005 napačna. Najboljši dokaz za to bi bil prav odhod zdravnice. Ker to ni

uspelo, sta dva svetnika protestno zapustila sejo, ker nista želela sodelovati pri glasovanju, ostali svetniki pa so novi predlog sklepa, da bomo sredstva za pokrivanje navedenih stroškov pridobili iz naslova donacij, podprli. Naj bo o tem dovolj. Predlagam, da se strasti umirijo, da zdravnici ponovno omogočimo normalne pogoje za delo, osebno pa se bom angažiral tudi na državnem nivoju, da se predlagani neživljenjski pogoji v zdravstveni mreži omilijo, v nasprotnem primeru bo podeželje ponovno prikrajšano, kot sem to že večkrat omenil.

Ker bomo na naslednji seji občinskega sveta sprejemali proračun za leto 2010, v nadaljevanju navajam nekaj investicij, ki so načrtovane v naslednjem letu:

1. financiranje opreme športne dvorane in ureditev okolice vrtca in parkirišča v neposredni bližini;
2. modernizacija dela Srpske poti ob sofinanciranju in naslova državnih sredstev;
3. sofinanciranje 400 m medobčinske ceste od Hrastnikovega vrha proti Urbancu, ki leži na našem področju, ker bo Občina Podvelka v prihodnjem letu 2010 cesto v celoti obnovila;
4. obnova Kovaške ceste in ceste ob Radoljni s sredstvi koncesionarja, ki gradi malo hidroelektrarno;
5. obnova javne razsvetljave proti šoli zaradi izgradnje pločnika in pod šolo zaradi osvetlitve parkirišča ob športni dvorani, obnova dela javne razsvetljave na Poti Šerčerjeve brigade zaradi obnove elektroomrežja;
6. izgradnja fekalne in meteorne kanalizacije in vodovoda na Sončni poti in izgradnja dveh črpališč fekalne vode na Cesti ob Radoljni;
7. ureditev dostopne poti na pokopališče, vključno z razvodom dekorativne javne razsvetljave, električnim priključkom za kapelo na pokopališču, odvodom meteornih vod in posaditvijo z okrasnim drevoredom;
8. dokončanje parkirišča, avtobusnega postajališča in pločnika do šole v Spodnjem trgu;
9. zamenjava glavnih stranskih vrat na Kulturnem domu;
10. priprava občinskega prostorskega načrta;
11. sofinanciranje osebnega vozila za Gasilsko zvezo Ruše;
12. obnova sanitarij v otroškem vrtcu, zamenjava dotrajanih oken v šolski kuhinji in pleskanje prostorov jedilnice;
13. investicijsko vzdrževanje na področju vodovoda in sofinanciranje projektne dokumentacije za medobčinski projekt vodooskrbe Činžata in Rute z navezavo na sistem v Lovrencu.

Spoštovani. Ker se približujejo prazniki, zaključujem svoje izvajanje z voščilom. Vsem občankam in občanom, prav posebno pa vsem, ki ste aktivno delovno dobo že zaključili, želim veliko notranjega miru in sreče, ki je predpogoj za trdno zdravje, da bomo kos vsem težavam in radostim, ki nas čakajo v prihodnjem letu 2010.

Franc LADINEK, župan

DROBTINICE IZ NAŠE ŠOLE IN VRTCA



Lepo pozdravljeni! Spet se izteka šolsko leto in kmalu se bo izteklo tudi koledarsko leto. Ponovno se zaključuje še en krog letnih časov. Le kako smo ga in ga še bomo preživeli?

V naši šoli in v našem vrtcu lahko mirno rečemo, da se trudimo in živimo z našimi krajan v dobrem in plodnem sodelovanju. Velikokrat se srečujemo skupaj: na kulturnih in športnih prireditvah, na delavnicah, na sejnih, na pohodih ... Vsakokrat so srečanja prijazna in drug ob drugem odkrivamo, da si imamo med seboj veliko povedati in da se imamo, takrat ko smo skupaj, lepo. Kar spomnite se novejše prireditve in bazarja, spomnite se naše predstave *Briljantina*, ki so jo otroci s takšnim ponosom za kraj kar večkrat zaigrali, spomnimo se velikonočnega sejma na parkirišču v središču trga, druženja treh generacij 10. maja, ko smo skupaj odšli do Lovske koče, pa šivanja, kvačkanja in učenja ročnodelskih veščin vsak četrtek popoldne z ročnodelskim krožkom *Pikapolonice* ... Čez leto se tega nabere res veliko.

Kaj pa vrtec? Tudi tam so se vzgojiteljice skupaj z malčki trudile, da bi se le-ti dobro razvijali v radovedne in zadovoljne posameznike. Za starše in krajanje so že lani jeseni pripravile eko tržnico in skuhale veliko kozarcev slastne marmelade. Še mesece za tem je ta marmelada pomenila krasno darilo gostom, ki so nas obiskovali. Velika stvar za naše malčke je bila noč v decembru, ko so skupaj pričakali prihod božička in jo že tradicionalno prespali v vrtcu. Imeli smo se super, in iz leta v leto malčki kažejo, da svoj čas radi in z veseljem preživljajo skupaj z vzgojiteljicami. Z njimi gredo na izlete, blizu in daleč, se trudijo na kolesih in smučeh, in sploh skupaj s prvimi koraki, ki se jim prav nič ne mudi, spoznavajo naš kraj in svet.

Za nami je tudi prvo leto, kar smo vpisali otroke prvega starostnega obdobja, malčke, stare komaj enajst ali malo več mesecev. Poteza se je izkazala kot dobra; letos imamo že dva takšna oddelka in vpis naših najmlajših v vrtec se je v treh letih povečal za skoraj trideset otrok. To pa ni malo, ampak je kar velik zalogaj. Zaenkrat ga še uspešno rešujemo v šoli, tako da izkoristimo zadnji kotiček, kjer se še lahko izvaja pouk. Čez letošnje poletje smo tako ponovno preuredili eno učilnico v šoli v igralnico; sedaj imamo v šolskem delu vrtca že kar šestinštirideset otrok. V stavbi vrtca so ostali najmlajši. To je sicer dobra začasna rešitev, vendar pa bomo silno veseli, če se bo v bližnji prihodnosti našel denar in rešitev tudi za naše najmlajše, ki, kakorkoli obračamo, spadajo skupaj. Med seboj se morajo družiti v dejavnostih, spoznavati in igrati. Prav zato smo tudi tako zelo veseli, ker z novo telovadnico dobivamo tudi povezovalno med vrtcem in šolo in ker jo bodo lahko uporabljali tudi naši najmlajši. Tam bo zanje prostor za shranjevanje orodja, samo za njih pa bodo urejene tudi sanitarije. Veselimo se

časa, ko bomo lahko te prostore začeli uporabljati in želimo si, da bi se lahko čim prej začeli dogovarjati o dozidavi vrtca, ki je resnično potrebna.

Čez letošnje poletje je tudi večnamenska športna dvorana dobila zaključeno zunanjo podobo. Gradbeno podjetje se je v času, ko pišem te vrstice, že skoraj umaknilo in uredilo prostor. Vesela sem, ker se mi zdi, da je bilo sodelovanje med njimi, med občino, med nadzornico gradnje in med nami, šolo, dobro. Vsaj enkrat tedensko smo se dobivali in skušali reševati nastale probleme in najti rešitve. Vesela sem, ker sta tako župan g. Ladinek kot nadzornica gradnje ga. Strdin velikokrat prisluhnili željam in predlogom šole, saj se zavedamo, da bi lahko bilo tudi zelo drugače. Vem tudi, da marsikdo s športno dvorano, takšno, kot je, ni zadovoljen, in da bi kdo želel stvari urediti drugače. Sama pa mislim, da bo izgradnja te športne dvorane izredno velika in pomembna pridobitev za našo šolo in vrtec, pa tudi za naš kraj. Malo me skrbi, kako jo bomo upravljali v popoldanskem času in ob vikendih, zato mislim, da se bomo na te stvari še morali posebej in postopoma pripraviti.

Prav zaradi gradnje nove športne dvorane pa je bilo leto drugačno tudi kar se tiče športne vzgoje; namesto vadbe v telovadnici smo uporabljali prireditveni center, odkrivali poti po Lovrencu in uporabljali šolsko igrišče. V prireditveni center smo spravili kar nekaj svojega telovadnega orodja, tako da smo lahko tam predelali nekatere osnovne športne veščine po učnem načrtu. Bilo je drugače in prilagoditi smo se morali tako mi kot tudi vsi uporabniki prostorov v prireditvenem centru.

Letos februarja smo v času šolskih počitnic pripravili aktivne zimske počitnice. Učenci so lahko odšli na smučarski tečaj ali na prosto smučanje v Ribnico na Pohorju, en dan so plavali v bazenu in se udeleževali delavnic v šoli in v prireditvenem prostoru, odšli na obisk ene radijske in ene televizijske postaje v Maribor. Odziv učencev je bil dober, prav tako so nas pohvalili starši. Prepričani smo, da smo z organizacijo športnih aktivnosti v času zimskih počitnic, ko je mnogo staršev v službi in ne morejo biti z otrokom, dobro zadeli, in da bo odziv na aktivne zimske počitnice iz leta v leto večji. V pretekli zimi nam je pri izvedbi smučanja že priskočila na pomoč občina Lovrenc na Pohorju s financiranjem avtobusnega prevoza učencev od šole do smučišča v Ribnici, za naslednjo zimo pa smo se že pridružili slovenskemu gibanju z naslovom *Hura, prosti čas!*

Ugotovili smo tudi, da smo na naši šoli zelo pridni zbiralci papirja, in sicer so ga učenci šole in vrtca zbirali na svojih domovih in ga povezovali v snopiče. Te so ob torkih zjutraj prinašali v šolo, kjer smo merili in beležili višino snopiča papirja. Višina posameznikovega zbranega papirja, izražena v centimetrih, je prinašala točke posamezniku in njegovemu razredu.

Akciji zbiranja papirja so se poleg učencev naše šole in otrok iz vrtca pridružili starši in znanci, pa tudi krajanje. Samo v lanskem šolskem letu smo uspeli zbrati 10 zabojnikov odpadnega papirja, kar znaša približno 35 ton. Sedaj še ni konec septembra, pa smo ponovno odpeljali že dva čisto

polna zabojnika. Vsem zbiralcem iskrena hvala. Za to dobimo nekaj denarja, ki smo ga letos namenili za nakup knjig za šolo in vrtec ter za dva kasetofona za vrtec. Vedno pa gre prvi zabojnik v naš šolski sklad.

Vam povem še kaj o šolskem skladu? Več kot dve leti je od tega, kar smo ga ustanovili. Dodatno zagotavljanje sredstev nam je v tem času omogočilo, da smo lahko našim učencem omogočili še boljše pogoje učenja in šolskega dela. S pomočjo šolskega sklada smo nakupili tri televizorje, dva DVD-ja, košarkarske drese, oblačila za folkloro, kolesa, pelerine, tekmovalne številke s šolskim logotipom, voziček za šest malih otrok, uredili akvarij, vsako leto izdali eno številko šolskega časopisa Zvite novice – vsako leto izdamo tri številke, pomagali smo nekaterim učencem pri plačilu šole v naravi ter za vse učence zmanjšali stroške za organizacijo nekaterih dnevov dejavnosti, pa še kaj. S sredstvi upravlja upravni odbor šolskega sklada, sestavljajo pa ga predstavniki staršev in delavcev šole in vrtca, skupaj sedem članov. Tudi s sredstvi iz šolskega sklada pripomoremo k bolj urejeni in bolj opremljeni šoli, h kakovostnemu delu, k boljšim možnostim za naše učenke in učence ter k skrbi za tiste, ki težko zmorejo vsakdanje stroške.

Letos smo še posebej ponosni, saj je naša šola na tekmovanjih med drugimi slovenskimi šolami dosegala zelo lepe ekipne uspehe. Tako starejši kot mlajši pionirji so se uvrstili v državni polfinale v košarki, kar je edinstveno v zgodovini naše šole. In to brez možnosti vadbe in treninga v šolski telovadnici! Tudi naši četrtošolci so se uvrstili v finale varnostne olimpijade in na koncu v državnem merilu na zadnjem tekmovanju v Sladkem Vrhu dosegli peto mesto. Prav tako smo nadaljevali z raziskovalnimi nalogami in v Pesnici za nalogo Hišna imena dosegli srebrno priznanje.

To leto smo uspeli pripraviti svoj vzgojni načrt, ki je nastajal kar tri leta. Prav tako smo pripravili tudi pravila šolskega reda. Zelo smo zadovoljni, ker so vsi dokumenti odraz našega dela in odsev vrednot, ki so bile izpostavljene tako s strani staršev, ali učencev ali zaposlenih. Na novo smo postavili tudi nadvse pomembno vrednoto, zdravje, in zdrav odnos do življenja; s priključitvijo Slovenski mreži zdravih šol smo se pridružili številnim slovenskim šolam, ki še posebej skrbijo za zdravo življenje. Ob bok smo tako stopili že večletni tradiciji naše šole kot ekošole, oboje, tako projekt eko šola kot projekt zdrava šola, pa sta v našem kraju sredi Pohorja pomembni človeški in kulturni vrednoti.

Natrosila sem kar nekaj drobnarij, ki pa nam veliko pomenijo. Ob koncu naj se zahvalim vsem, saj ničesar, kar je zapisano zgoraj, ne bi bilo brez vseh nas, vsak prispeva svoj kamenček v mozaiku in zaradi vseh listov in vej je drevo bogato in lepo. Želim si, da bi tudi v prihodnje znali stopiti skupaj in dobro sodelovati, predvsem pa, da bi se zavedali, da dobre skupnosti ni brez zadovoljnega posameznika. Zato pa bodimo drug do drugega odprti in strpni.

Pa še to: letos spomladi sem v naš Lovrenc povabila Toneta Pavčka, velikega slovenskega pesnika naših dni. Literarni večer, ki smo mu bili priča v šolski avli med Jezernikovimi dnevi v avgustu, nam je pesnika pokazal kot iskrenega in izjemno bogatega človeka in ustvarjalca. Ne vem, če se

spomnite, a lani sem svoj sestavek zaključila z njegovo pesmico o sreči. In povem vam, da Pavček s seboj nosi ne samo svojih enainosemdeset let, pač pa izredno bogastvo slovenske besede, pesmi in literature, pa optimizma in vere v življenje. Tega, za kar bi si morali prizadevati, saj bi bilo življenje lažje in boljše. Upam, da mi ne boste zamerili, če tudi letos zaključim z njegovimi besedami:

Vsak človek je zase svet,
čuden, svetel in lep
kot zvezda na nebu.

Vsak tiho zori,
počasi in z leti,
a kamor že greš, vse poti
je treba na novo začeti.

Želim vam veliko zdravja in prijaznosti v krogu družine in prijateljev.

Marija Osvald Novak, prof.
Ravnateljica Osnovne šole Lovrenc na Pohorju

VREDNOTE: ZNANJE, VERA, UPANJE IN LJUBEZEN

Človeštvo doživlja razvoj na vseh možnih področjih. Vrednote, ki se izoblikujejo skozi čas v neki civilizaciji, so tiste, ki nosijo življenje posameznika in določene družbe.

Vera, upanje in ljubezen so vrednote, ki jih je že apostol Pavel postavil v središče človeškega žlahtnega življenja in bivanja. Najvažnejša pa je ljubezen.

V kolikor v življenju človeka te vrednote harmonično določajo življenje posameznika in določene skupine, smisel, da je življenje lahko najlepša »pustolovščina«, ki se nam lahko dogaja iz dneva v dan, iz sekunde v sekundo.

Govoriti o teh vrednotah je izredno težko. Razsvetljenje je postavilo RAZUM kot edinega boga, ki mu na zahodu mečemo kadilo na ogenj. Medtem ko Jezus nevernega Tomaža pokara, se danes zdi, da so najbolj moderni prav neverni Tomaži. Samo ti so pravi preroki in rešitelji človeka jutrišnjega dne. Samo tisto je resnično, kar je vidno in je dostopno vsem našim, zgolj telesnim čutom. Duhovno in nadnaravno ... Vse to je že »sumljivo«. To že diši po »nevarni mistiki«, ki v obdobju računalnika in znanosti nima kaj iskati. Zaradi tega imamo danes psihologijo BREZ DUŠE, kakor se je izrazil že naš pokojni teolog, antropolog in psiholog Anton Trstenjak.

Človek vendar prihaja do spoznanja, da sama znanost ni dovolj za našo globalno srečo. Nekateri znanstveniki prihajajo do zaključkov, da bo potrebno poskrbeti tudi za drugo dimenzijo človeka, ki sicer uhaja zgolj znanstvenim metodam opazovanja in merjenja. »Človek ne živi samo od kruha,« pravi Jezus. Ali v tej misli ni povedano vse? Človek, ki pozabi na svojega duha, na svojo večno dimenzijo – začne kmalu doživljati globinsko sušo. Vedno skrbimo samo za

sebe. Ta naš EGO je nekaj najmočnejšega v človekovem življenju. Tu je nenehna borba med lastnimi potrebami in skupnim dobrim. Brez vere, upanja in ljubezni – človek mnogo težje prestopi prag egoizma. Globalna etika in morala je namreč veliko težje utemeljiva brez večnosti in večnega življenja. Kristusova pridiga, njegovo življenje, smrt in vstajenje od mrtvih ... Apostol Pavel na več mestih govori o tem enakostraničnem trikotniku: vera, upanje in ljubezen. Kot najpomembnejšo izpostavi ljubezen – »ki vse prenese in se ne napihuje ... Veseli se resnice in beži pred krivico ...«

Znanje in vedenje ima večplasten pomen. Gre lahko zgolj za informativno znanje, ki na moje življenje nima nobenega vpliva, na nobenem polju mojega življenja, delovanja in vrednotenja. To so ponavadi matematične resnice. Npr.: $2 \times 2 = 4$. Zaradi tega dejstva se niso vneli prepiri, diskvalifikacije, podcenjevanje drug drugega ... Povsem drugo vprašanje je že npr. prvi stavek SVETEGA PISMA: »V začetku je Bog ustvaril nebo in zemljo.« Tukaj pa se začnejo »lomiti kopja« na vse strani. Zaradi nasprotovanj na vseh poljih našega življenja, v zgodovini in sedaj, je prihajalo in prihaja do revolucij in vojn. Mnogo nedolžnih žrtev bojev, za samo »moj prav«, leži pokopanih po vsem našem planetu, trohnijo živi mrlič, ki so po krivici za zapahi nečloveških zaporov. Zlate kletke EVROPSKE DEMOKRACIJE ... nas silijo v vrednostne sisteme, ki že preizkušeno iz zgodovine vodijo v moralni in fizični propad neke civilizacije.

Podobni smo otrokom, ki so našli ročno bombo ... In so z njo začeli igrati nogomet na ulici ... Leta 2007 je pri založbi MODRIJAN izšla knjiga: BOG KOT ZABLODA. Napisal jo je Richard Dawkins – vrhunski profesor najimenitnejših univerz sveta. Na svetovni ravni nam razlaga, da smo verujoči, najbolj pa seveda Rimskokatoliška cerkev, ljudje z »zaplombiranimi možgani«. Tudi v Sloveniji imamo »pre-rokinjo« tega prepričanja, ki je deležna najvišjih priznanj predsednika države. Znanje brez kulture srca je lahko eno samo klanje ljudi okoli sebe. Ne mislim na klanje z mečem in puško ... Že to je strašno in boleče. Mi se med sabo veliko hujše pobijamo z besedami, zastrupljenimi mislimi in željami. Danes se zdi, da se zelo hitro oklepamo »instant rešitev«. Naša pomehkuženost prihaja do neverjetnih dimenzij. Vse bi radi dosegli brez najmanjšega osebnega dela in napora. Obogateli na loteriji. Shujšali, ne da bi manj jedli in se več gibali. Bili zdravi samo ob hamburgerjih – brez zelenjave in sadja ... Pomagali revnim samo s sočustvovanjem prek TV ekrana ... Denarja za reveže pa že ne bom dal ... Saj lopovske UNICEF, RDEČI KRIŽ IN KARITAS – skrbijo samo za svojo lastno promocijo ... In tako postanemo veliki pridigarji ciniki, ki vedno vemo najboljše rešitve za ves svet ... Ko pa je potreben najmanjši osebni angažma, pa rep med noge in gremo naprej filozofirat pred TV.

Človek brez vere izgubi znotraj sebe najmočnejši motor za življenje in pošteno delovanje. Brez vere v smisel našega bivanja in življenja, četudi le-to lahko neizmerno boli ... Izgubimo tla pod nogami. Pred nami se razraste plesen

nesmisla in začnemo zgolj vegetirati in velika nevarnost je, da človek dokončno obupa. Znanje brez vere, upanja in ljubezni. Naredi nas lahko velike znanstvenike, spoštovane profesorje in umetnike ... Toda okoli sebe sejemo mraz življenja in bivanja. Postanemo preroki smrti in ne življenja. Evropa, bojim se, da malikuje veliko bolj smrt kakor pa življenje. Pokazatelji iz vseh smeri evropskega duha so zaskrbljujoči ... Recesija je samo majhen »izcedek te destilacije«.

»Moja mati je bila kmetiški otrok; rasla in odrasla je tako čisto in nedolžno kakor cvet na polju ...« »Kaj je v teh knjigah?« je vprašala. »Tvoja učenost,« sem odgovoril. »Beri mi.« Bral sem ... Nenadoma je vztrepetal materin glas, da me je spreletelo. »Ni res! Ni res! Tako ni, tako ne more biti!« »To je le zgodba,« sem odgovoril začuden in plah. »Ni res, ni res!« je vzkliknila mati. »To je tista tuja učenost ... segla ti je v srce, Boga ti je ukradla ... Zdaj jo poznam, že zdavnaj sem jo poznala ... Bog se te usmili ...« – Mati je tiho vstala, sklonila se je do moje glave in me pokrižala na čelo, na usta in na prsi. »Na Boga ne pozabi! Na Boga ne pozabi nikdar!« Pokrižala me je v drugič; tako globoko se je nagnila k meni, da sem čutil na licih toplo sapo iz njenih ust. »Pri Bogu ostani!« – O mati, v učenosti ni ljubezni – ti pa si ljubezen sama. – Zdaj, o mati, slišim tvoje besede, zdaj jih razumem. In zdaj je edino, pregrenko hrepenenje v mojem srcu: da bi bil kakor ti, o mati, cvet na polju. Zdaj razumem tvoj blede strah pod sovražno tujo učenostjo!« (Ivan Cankar.)

Kdo bi lahko bolje naslikal to dramo sodobnega človeka našega prostora? Naša celotna šola, od vrtca do doktorjev znanosti v vseh vejah izobraževanja ... Če ne bomo začeli gledati Kvišku, nas bo zemlja pogoltnila vase. Človek je neskončno več, kakor samo najbolj razvita, pametna žival. Smo neskončno več, kakor stroj za proizvodnjo zgolj materialnih dobrin ...

Najbolj prizadet človek, na duši in telesu, in tudi še nerojeni človek – je enako vreden ali še več – od npr. samovšečnega Einsteina ... To »matematično formulo« moramo in moremo razumeti vsi! Dokler je ne bomo dojeli, se bomo vsi skupaj vrteli v začaranem krogu beznice in klavnice. Kot posameznik in celotno človeštvo bomo ostali na nivoju gosnice, ki samo žre ... Ne sluti veličino metamorfoze, ko bo kot metulj osvajala veličastvo cvetočih travnikov in sinjine neba ... Škoda, škoda, če že gosnica v sebi ni hkrati metulj ... Kadar nam uspe svoje celotno vedenje in znanje predati v varstvo trikotnika VERE, UPANJA IN LJUBEZNI, takrat postanemo sonce, voda in zrak drug drugemu. Življenje nam postane bogato, polno Lepote, Resnice in Dobrega. Razumemo ga lahko kakor popolnoma zastonski dar od Življenja samega. Ko pa doživljam v nekem trenutku vse, kar sem in kar imam, kot zastonski dar in ne nujnost ... Postane notranji mir in sreča mojega bližnjega, moj bližnji pa je vsak človek, prvi in zadnji cilj mojega življenja ... Takrat že nosim »večnost v sebi in sebe v večnosti«, kot bi rekel naš pesnik.

Jože Hrastnik, župnik

DEVETDESETI ROJSTNI DAN JE LETOS PRAZNOVALA

gospa Emilija Arl, ki je bila rojena 27. februarja 1919. leta v Lehnu. Prve štiri razrede osnovne šole je obiskovala v domačem kraju, višje razrede pa je opravila v Lovrencu na Pohorju. Po osnovni šoli je obiskovala obrtno šolo in postala šivilja z obrtnim dovoljenjem. Spoznala je gospoda Alojza Arla in leta 1947 sta se poročila. V zakonu so se jima rodili sin Mihael ter hčerki Vera in Emilija. Leta 1998 je ovdovela in starost preživlja v družinski oskrbi. Ob 90. obletnici ji je čestitalo tudi pet vnukov, dve vnukinji, en pravnuk in ena pravnukinja.

Tudi uredništvo našega glasila želi gospe Emiliji Arl še veliko zdravih in zadovoljnih let.

Vse najboljše in veliko zdravja želimo tudi vsem, ki imajo nad devetdeset let in smo jim že čestitali.

Za uredništvo D. F.

JAZ PROSTOVOLJKA

Sem prostovoljka pri Društvu upokojencev Lovrenc na Pohorju. S tem sem se začela ukvarjati že v osnovni šoli. Na začetku sem bila vključena le v Rdeči križ, kasneje pa sem se vključila tudi v projekt Sadeži družbe, kjer smo pomagali starejšim občanom na njihovih domovih. Sedaj z društvom sodelujem že četrto leto zapored. Za prostovoljko sem se odločila zato, ker rada pomagam ljudem. Mojim sovrstnikom se je ideja zdelala »nora«. Govorili so mi, da je to zapravljanje časa in češ, zakaj se sploh trudim za starejše ljudi. Jaz pa sem vseeno vztrajala in seveda uspela, čeprav je bilo včasih naporno. Ko sem stopala na to pot, so mi po glavi rojile razne misli: »Kako bo, ko bomo mi starejši in bomo potrebovali pomoč, kako se bomo počutili, če nas bodo mladi zaničevali.« Seveda pa se tega zdaj nihče izmed nas ne zaveda, nekateri si mislijo, češ da nikoli ne bodo stari in ne bodo potrebovali pomoči. Moje mnenje pa je, da če starejšim nočeš pomagati, jim vsaj prisluhni, saj so veliko pretrpeli in imajo ogromno izkušenj, ki lahko pridejo prav tudi nam. Zavedati pa se moramo tudi, da če ne bi bilo starejših, ne bi bilo naših staršev in seveda tudi nas. Pri društvu aktivno sodelujemo in prirejamo razna srečanja, da bi se ljudje čim bolj srečevali in družili. Seveda nam to iz leta v leto vedno bolj uspeva. Ko postaneš prostovoljka, prevzameš tudi odgovornost za različne stvari, ampak če rad pomagaš in nosiš dobroto v srcu, ni nikoli nič pretežko. Prostovoljka bom ostala do konca življenja in mi bo to kot pozitivna popotnica v življenju.

Tadeja Grilč, prostovoljka

TUDI TA KRIZA BO MINILA!

Optimizma nikoli ne more biti preveč, če je le osnovan na realnih temeljih. Že res, da so časopisni stolpci, televizijska in radijska poročila polna besed o krizi, težkih časih, zagotavljanju pasu in kritik Vlade, da njeni protikrizni ukrepi še niso »prav prijeli«. A sam sem prepričan, da se tudi sedanji krizi »izteka čas« in da bodo v prihajajočem letu znaki okrevanja opaznejši. Seveda to ni napoved, da se bo brezposelnost že kar umirila ali celo zmanjšala. Tudi ne napoved, da ne bo več propadanja, zlasti slabih in slabo vodenih podjetij. Izražam pa prepričanje, da je Vlada negativne zaposlitvene trende s svojimi ukrepi pomembno zajezila in da tudi različne oblike pomoči gospodarstvu v veliki meri omogočajo izboljšanje poslovanja. Seveda bomo tega deležni s časovnim zamikom. Spomnimo se, da je tudi krizni val pljusnil iz razvitega sveta k nam z zamikom.

Starejši, in zlasti oni, bodo najbrž brali »lovrenškega Upokojenca«, dolgoročne usmeritve, bolonjske reforme, lizbonska strategija, nova evropska pogodba in podobne »odmaknjene teme« morda ne zanimajo najbolj, zato se o njih ne bom razpisal. Njih bolj zanima, kako plačati položnice, zakaj se bodo pokojnine počasneje usklajevale, zakaj nam zdravstveni sistem tone pod vodo, zakaj ni bilo obljubljenega dodatka ...

Prav slednji, enkratni dodatek, je pred kratkim dvignil veliko prahu. Da sedaj ni pravi čas, so trdili eni. Da bi z njim dodatno obremenili proračun, so trdili drugi. Da bi z njim preveč obremenili podjetnike, lastnike, ki da še edini zagotavljajo razvoj, so trdili tretji ... Sam sem ves čas trdil, da temu ni čisto tako. Morda sem glede dodatka preveč prizadet, saj sem se osebno »izpogajal« za teh 60 mio. € z g. Pahorjem. Morda sem tudi zato ostal popolnoma osamljen v koaliciji, ko sem nasprotoval vladnemu predlogu, da prizadeti dobe več kot desetkrat manj od dogovorjenega. A sem še danes prepričan v naslednje:

- Najbolj prizadeti (revni), ne samo upokojenci, morajo biti deležni večje državne podpore. Država pa mora zagotoviti, da ne bo prihajalo do zlorab – da torej pomoči ne bodo dobili tisti, ki se pač »znajdejo« in da socialna zaščita ne bo pretirana.
- Tisti, ki bi bili deležni tega višjega dodatka, ga ne bi potrošili za luksuz – potrošili bi ga predvsem za najnujnejše življenjske dobrine, ki jih proizvajajo podjetja – in pri tem bi plačali vse davke in prispevke v javne blagajne – denar bi se torej vrnil v gospodarstvo in proračun.

Tudi kar zadeva počasnejšega usklajevanja pokojnin in socialnih transferjev (socialnih dodatkov, štipendij, nadomestil za brezposelnost ...) sem bil precej osamljen. Moje stališče je sicer jasno – kriza nas prizadene vse – tudi upokojene in prejemnike socialnih transferjev. A ker imamo nekateri višje prihodke in več premoženja, moramo prispevati pač več – revnejše naj prizadene manj ali skoraj nič. Tisti z visokimi plačami ali pokojninami, ki sežejo do 1500 € in celo više, tudi lahko prispevajo več. Morda bodo zato le nekoliko manj »prišparali« ali skrajšali dopust v eksotičnih

krajih za kakšen dan. Gotovo bo to komu zvenelo preostro – a to izpostavljam namenoma ostro: da bi poudaril social-demokratsko misel o pravičnosti in solidarnosti pred grobo neoliberalistično zaverovanostjo, da naj država zrahlja vaje-ti in da je vsak sam zaslužen za svoje blagostanje in »kriv« za svojo nesrečo.

Tretje, kar sem omenjal kot področje svojega nestrinjanja, je področje zdravstva. Področje, ki starejše še zlasti zanima. Področje, ki ga že leta pretresajo težave, škandali in sistemska slabitev. Področje, ki ga mnogi delijo na interesno sfero zdravnikov v nasprotju z bolniki in pri tem s prstom kažejo na koncesionarje. Bojim se, da so mnogi v zmoti. Zdravstveni sistem se ne sme pojmovati tako. Graditi ga moramo v prid bolnikom v enaki meri kot v prid zdravnikov. Tudi interese zdravnikov moramo videti – ne le takrat, ko potrebujemo njihovo pomoč. So nepogrešljiv sestavni del zdravstva – brez njih zdravstvenega sistema ni – saj nas menda ne bodo pošiljali več k vračem, šamanom ... Ekscese v zdravstvu pa je treba odpravljati: tako, kar zadeva nenavadno visoke plače posameznih zdravnikov, kakor takrat, ko (namišljeni) bolniki iščejo luknje v sistemu.

In naj vas vprašam: ali so res koncesionarji ena glavnih tegob? Kdo so ti koncesionarji? To so tisti zdravniki, ki so »včeraj« bili zaposleni v javnih zavodih. Bili so naši zdravniki. Poznamo jih osebno. V veliki meri smo ostali z njimi, ko so šli v koncesijo. Nas sedaj zdravijo res slabše, jim manj zaupamo? Imajo patronažne sestre do nas sedaj drugačen, slabši tretma? Nas reševalna vozila, reševalci koncesionarji vozijo manj prijazno ...?

Sam si odgovarjam na številna odprta vprašanja, iščem rešitve. Ohranjam optimizem. Probleme smo sposobni reševati. Potrebno pa je več zaupanja, več pravega in tekočega sodelovanja, nadzora, korigiranja morebitnih slabih odločitev, več učinkovitosti. Tudi glede problema, o katerem me pogosto sprašujete, namreč glede doma starostnikov. Kratko v pojasnilo navajam nekaj dejstev:

1. podjetje Livada je od države pridobilo koncesijo za dom v Rušah in enoto v Lovrencu;
2. po pridobitvi gradbenega dovoljenja se je v Rušah priprava na gradnjo lani že pričela;
3. sosedje so pričeli pritožbeni postopek, ki do danes ni končan (15. 11. 2009) – občine pri tem nimajo nobenega vpliva;
4. predlagal sem, da podjetje Livada odkupimo in dom zgradimo v javno zasebnem partnerstvu (lahko tudi na drugi lokaciji v Rušah in isti v Lovrencu);
5. s predlogom se strinja tudi ministrstvo – koncedent;
6. k morebitnemu solastništvu sem povabil tudi občino Lovrenc, ki pa nima tovrstnih ambicij.

Prepričan sem, da me bo Občinski svet Občine Ruše podprl. Po tem nas čaka težko in trdo delo. Dom žal v letu 2010 še ne more biti gotov. A stopimo skupaj in prispevajmo, da bomo tako gradnjo doma kot druge naloge čim uspešneje odpravili! Ostanimo optimisti, preživimo lepe praznike in tudi s svojim prispevkom zagotovimo čim več zdravja, sreče in uspehov v letu 2010!

Vili Rezman, profesor
poslanec poslanske skupine DeSUS

... VSI DRUGAČNI, VSI (NE)ENAKOPRAVNI?! ...

Ko sem razmišljal, kje naj nadaljujem misli prejšnjega leta, sem ugotovil, da v življenju le redko pregledam »bilanco stanja«. Poskušam se učiti iz napak, ki jih storim, ali še bolje, iz napak, ki jih storijo drugi. O prihodnosti pa; kot se strinjam z Einsteinom, ne razmišljam preveč, saj še tako ali tako prehitro pride ... Pa vendar bi rad v tem prispevku povzel leto, ki je za nami.

Teksta ne bom začel s tarnanjem o gospodarski krizi, kako in koga je prizadela ter najpomembnejše, koga še bo ... Učinki tega ekonomskega harakirija so tako ali tako vidni povsod. Niti z malo drugačnim nahodom, ki so se ga nalezli pujski ... Rad bi le z vami delil košček misli, ki kričijo v podzvesti, pa jih na srečo le redko kdo sliši ... Rad bi začel le zlivati svoje misli na papir ...

V letošnjem letu obeležujemo 20-letnico padca Berlinskega zidu, ki po mojem mnenju velja za največji dogodek mojega življenja. Večina poznavalcev se strinja, da padec Berlinskega zidu pomeni rojstvo Evrope brez meja, ki jo poznamo danes. Rojstvo druge, nove in večje »Jugoslavije«, kjer so narodi med sabo enaki zgolj na papirju. Vendar Berlinski zid Slovencev ne zanima. Zanima nas bivši predsednik Clinton, ki je v svojem nastopu v Cankarjevem domu dejal, da je dogodek prejšnjega stoletja padec apartheida in pomilostitev Mandele. Vendar bivši predsednik razmišlja le in zgolj ameriško ... Slovenija pa ga je kljub temu sprejela odprtih rok (in denarnic), da je povedal, kar smo vsi že dolgo vedeli; nič novega ... »Sin strica Sama« nam je razložil, kaj demokracija pomeni; enakopravnost in enakost. Pozabil pa je dodati, da so se v »duhu demokracije« temnopolti v ZDA še v 60-tih letih prejšnjega stoletja vozili v »črnskih avtobusih« in prehranjevali v »črnskih restavracijah«. Dru-gam jim je bil vstop prepovedan.

Kmalu bomo praznovali eksplozijo jugoslovanskega kotla. Vprašanje, kdo je zanetil vžigalico, ni na mestu, prižgala se je namreč sama, 4. maja, davnega leta 1980. In Evropa stopa po isti poti, le da je njena politična ureditev na zunanaj drugačna (boljša?). Jugoslavija in vse njene prednosti ter slabosti so idealna študija za Evropo. Katerih napak ne smemo ponoviti in kako ohraniti različne verske, družbene, socialne in rasne zmesi v enem loncu.

In Slovenija? Ustaljeno, bi lahko dejali. Občutek je namreč, da smo se na začetku letošnjega leta usedli na sani in se pognali v meglo po pobočju navzdol, misleč, da poznamo teren. Tipično slovensko. Sedaj smo daleč nekje na poti spoznali, da smo gledali zemljevid napačnega pobočja ali pa je bil le-ta obrnjen na glavo. Škoda le, da na teh saneh ne sedi zgolj celotna parlamentarno-vladna smetana, ampak cela Slovenija.

Slovinci smo leta 2008 znova, kot že tolikokrat poprej, verjeli »smejočim se gospem in gospodom iz plakatov«, kako nam bodo naredili Slovenijo boljšo, varnejšo, skratka idealno. V to sem verjel »prvih sto dni vlade«, ko se le-ta šele uvaja, potem pa sem se moral, hotel ali ne, sprijazniti z

usodo. Priznati moram, da sem med poslušanjem posnetka seje vlade, ki je nastal po nesreči ter zaokrožil po internetu, neznansko užival. Zadeva je namreč prej spominjala na kur-nik, kot pa sejo vlade. In da, zavedam se biti alfa petelin v takšnem kokošnjaku je lahko naporno in noro, če sploh smiselno? Dve leti prepozno. Kurji prehladi ali gripe že nekaj časa niso več aktualne ...

Dejstvo je, da je trenutna vlada svoje delo začela v zelo kočljivem času. Gospodarska kriza se je kuhala in pripravljala že nekaj časa, afera Patria je trkala na vrata in gradbeni lobiji so hoteli iztisniti še tisto malo denarja iz avtocestnega križa, ki ga je še ostalo. Posledično smo doživeli plaz groženj s stavkami, ker določene skupine, kot na primer javni delavci, zdravniki in sodniki ne razumejo izraza »kjer ni, še vojska ne vzame«. Še manj radi slišijo, da nekdo dela več kot drugi, govoriti o tem, da je nekdo boljši od drugega, pa že tako meji na heretizem in v moje dobro lova na čarovni(ce)ke že nekaj časa več ni (vsaj odkritega ne). Tako so gospodje »kolegi«, ustavni sodniki, svojim »kolegom« sodnikom olajšali tegobe in referendum o sodniških plačah označili za neustaven. Seveda so jim »kolegi sodniki« nad vse hvaležni. Zdravniki pa glede na svoje delovno obremenitev še spati nimajo več časa ... In kaj vmes počne naša vlada? Ukvarja se z vprašanjem pravic istospolnih zvez in/ali zakonov. Človek bi skoraj verjel, da po mnenju vladajočih skupina homoseksualcev s seboj nosi rešitev vseh težav; nek skrivnostni ključ, ki bo odprl Pandorino skrinjico in iz nje bodo namesto vsega hudega priletele rešitve za našo ljubo deželo. Upanje pa, ki je tako ali tako na dnu te skrinjice, tam po navadi tudi ostane ...

Bilanca stanja je torej pokazala, da so krave znorele, kure kihajo, prašiči s šali zdravijo gripo, v tunelih dežuje omet, na cesti Lovrenc–Ruta je še vedno ogromna luknja, geji pa predstavljajo novodobne mesije vladajoči koaliciji? Če bi verjel, bi zakričal: »O moj Bog, daj, da se že enkrat zbudim iz te nočne more.«

In tako smo na koncu vsi: rdeči ali črni, pujsi ali kure, bogati ali revni, zdravniki, sodniki ali le delavci, drugačni, toda nikoli enakopravni ...

P.S. Članek izraža zgolj stališče avtorja ... Pred objavo članka psihofizično stanje avtorja ni bilo preverjeno.

Mag. Karl Benkič

UREDNIŠKI ODBOR

želi vsem cenjenim in spoštovanim bralcem časopisa

»Upokojenec« dosti zdravja, sreče, uspehov

in zadovoljstva z željo, da dočakali

še veliko bi pomladi,

med Vašimi dragimi,

ki Vas imajo srčno radi.

Jožef Javornik, oec.

NAŠE ZDRAVJE

URGENTNI CENTER UKC MARIBOR

V zadnjih letih je urgentna in dežurna služba v Sloveniji sledila strokovnim premikom v svetu s postopnim uvajanjem nujne medicinske pomoči, temu premiku pa ni sledil dinamičen premik izgradnje urgentnih blokov. Na osnovi novih spoznanj je potrebno, po razvoju urgentne medicine z izgradnjo urgentnih centrov kot stičišča pred bolnišnične in bolnišnične nujne pomoči, zagotoviti, da bo bolnik, ki je življenjsko ogrožen, optimalno obravnavan, saj bo pri obravnavi sodelovala skupina zdravnikov različnih medicinskih strok.

V ZDA in Evropi so podobne urgentne centre začeli ustanavljati že v začetku sedemdesetih let, saj so ugotovili, da je prav hitrost nujne medicinske pomoči eden najpomembnejših dejavnikov uspešnosti zdravljenja. Centri, kjer so na voljo vsi potrebni specialisti in vsa potrebna diagnostika, naj bi namreč omogočili najkakovostnejšo obravnavo bolnika v najkrajšem možnem času.

»Resolucija o nacionalnih razvojnih projektih za obdobje 2007–2023«, ki jo je sprejela Vlada RS na seji 12. oktobra 2006, obravnava mrežo centrov za urgentno medicino, katerih cilj je povečati hitrost in učinkovitost obravnave nujnih akutnih stanj v vsej Sloveniji. V resoluciji so ugotovili, da obseg in kakovost (urejenost) zdravstvene infrastrukture v mreži urgentnih centrov v Sloveniji ne omogočata optimalne hitrosti in učinkovitosti obravnave urgentnih akutnih stanj. Zaradi neizenačenosti pogojev v različnih središčih obstajajo pomembne razlike v dostopnosti in posledično tveganju za uspešno zdravljenje. Med regijami v Sloveniji so zelo velike razlike, zato je projekt mreže urgentnih centrov priložnost za odpravo razlik.

Podravska regija šteje okoli 320.863 prebivalcev ali slabih 16 % slovenske populacije. UKC Maribor je lociran v centru mesta. Z rastjo mesta in večanjem števila prebivalstva v regiji, ki jo pokriva, so se povečale tudi potrebne kapacitete bolnišnice, s tem pa tudi potrebe po prostorski širitvi. Danes obsega območje bolnišnice 5,8 ha. Kot največji funkcionalni problem se kaže prometna dostopnost. Poti zaposlenih, obiskovalcev in urgentnih dostopov se mešajo.

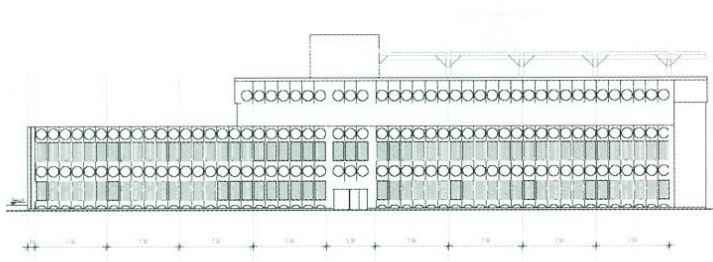
Podatki Inštituta za varovanje zdravja RS kažejo, da na UKC Maribor gravitirajo pacienti širšega območja mesta Maribor, področja Lenarta, Ruš in Slovenske Bistrice. Razen tega prihajajo v Maribor vsi težji primeri s področja, ki ga pokrivajo bolnišnice Ptuj, Murska Sobota in Slovenj Gradec.

Urgentna dejavnost se ločeno od specialistične ambulantne dejavnosti izvaja le za potrebe internistike in kirurgije. Prostori funkcionalno niso povezani in niso ustrezni tako po velikosti kot funkcionalni razporeditvi. Vsa ostala urgentna dejavnost drugih specialnosti se izvaja v prostorih redne specialistične dejavnosti v ambulantah ali na posameznih oddelkih. Problem predstavljajo velike razdalje med posameznimi urgentnimi mesti.

V urgentnem bloku je delo organizirano po ambulantnem pristopu. Pacient se pomika skozi posamezne faze postop-

ka zaporedno, od posamezne aktivnosti do posameznikove aktivnosti; bolnik gre k posamezni napravi, ne pa naprava do bolnika. V vsaki točki ga sprejme specializirano osebje, pri čemer je lahko problem prenos vseh informacij v zvezi s pacientom.

Tako predvidevamo izgradnjo novega urgentnega centra v UKC Maribor v obstoječih objektih medicinsko funkcionalnega trakta (MFT – I, II, III) ob kirurški stolpnici. V pritličju je predvidena izgradnja površin namenjenim urgenci, v višja nadstropja pa preselitev služb in oddelkov, ki trenutno zasedajo prostore v pritličju. V ta namen bi se povečala etažnost obstoječega MFT objekta za eno etažo. K urgentnemu centru spada tudi heliport, ki bi bil nad urgenco. Ta investicija je v planu investicij UKC Maribor v letih 2009–2012.



V okvir izgradnje novega urgentnega centra v UKC Maribor spada že investicija v novo urgentno cesto, ki bo omogočala hiter dostop urgentnih vozil do urgentnega centra iz novega krožišča na Titovi cesti v Mariboru. Trenutno je omenjena investicija v zaključni fazi.

Do konca leta 2009 se v UKC Maribor predvidevajo tudi manjši posegi na zgradbah in cestiščih v okolici urgentnega centra, kar bo pripomoglo k temu, da se bo dostop in pretočnost prometa v obdobju do izgradnje končne oblike urgentnega centra odvijal bolj tekoče.

Prim. Gregor Pivec, dr. med.
Direktor UKC

SPOŠTOVANI!

Življenje je polno presenečenj, novosti, obratov, sprememb, polno novih spoznanj, življenje je stalno učenje in pridobivanje izkušenj. Vsako prepričanje se lahko hitro spremeni. Stvari, v katere si popolnoma prepričan, se naenkrat prikažejo v popolnoma novi luči.

Zelo presenečeni bi bili, da na vprašanje, ali kraj potrebuje svojega zdravnika, ne bi dobili odgovora, ki se vam zdi samoumeven. Vsaj v vašem občinskem svetu ne. Na srečo imate župana, ki mu ni vseeno, kako bo z zdravstvom v kraju, čeprav ima svojega osebnega zdravnika drugje.

Verjetno vsi veste, da sem pred enim mesecem vrnila koncesijo občini. Pred štirimi leti se je v občinskem svetu trlo mnenj, ali mi koncesijo podeliti ali ne. Zaradi vztrajnosti župana g. Ladineka so mi koncesijo podelili. Zdaj, ko sem koncesijo vrnila, ker mi ponujajo službo, ki mi je časovno mnogo bližje za bistveno višjo plačo, se je izkazalo, da Zdravstveni dom trenutno nima zdravnika, ki bi bil pripra-

vljen prevzeti delo na podeželju pod bistveno težjimi pogoji dela kot v mestu. Vaš župan, g. Ladinek, mi je ponudil odvoz najemnine, ki je pod istimi pogoji ZD Maribor nikoli ni plačeval, in prevzem funkcionalnih stroškov za prostore, v katerih je ambulanta, za obdobje enega leta. Želim, da veste, o kakšnih zneskih govorimo. V poletnih šestih mesecih znaša to 66,08 evrov mesečno, v času kurjave pa približno 300 evrov mesečno več. Na letnem nivoju torej okrog 2500 evrov. To je denar, ki bi ga v novi službi zaslužila dodatno v manj kot dveh mesecih. Toliko da veste, v Lovrencu ne ostajam zaradi tega denarja, več kot poniževalno pa je, da je vaš občinski svet z veliko prerekanj in nizkih udarcev z veliko težavo sprejel ta županov predlog. Celó za ceno grožnje z županovim odstopom in seveda izgube splošnega zdravnika v občini. Teh 2500 evrov seveda ne bom sprejela, ampak se jim javno odpovedujem v korist najbolj socialno ogroženim otrokom v Lovrencu.

Zaenkrat torej ostajam pri vas, ker bi sicer ostali brez krajevnega zdravnika in bi se marsikomu dostopnost do zdravnika zmanjšala na nullo.

Iskreno se zahvaljujem g. županu in njegovi ekipi, ki se je z izjemno veliko težavo zavzemala za ohranitev ambulant v taki obliki, kot je bila doslej. Čez eno leto bo g. Ladineku mandat potekel. Če sklepam po sedanjí sestavi občinskega sveta, kasneje ne bom več dobrodošla oziroma očitno poznajo boljše rešitev za Lovrenčane, kot je koncesijska ambulanta. Lahko bi jo sicer predlagali sedaj, ko sem sama vrnila koncesijo, izkazalo pa se je, da bi kraj ostal brez zdravnika.

Zato, dragi moji pacienti, ostajam pri vas, trudila se bom še naprej, da bom čim bolj strokovna in človeška, kolikor bo v moji moči.

Zaradi splošne recesije in vedno manj denarja se delo seveda prilagaja novim razmeram. Kljub temu pa obljubljam, da se bom strogo držala strokovnih navodil in človeške etike.

Še nekaj bi rada napisala, kar pa nima zveze z dosedanjó temo.

Vedno več je samoplačniških specialističnih ambulant, ki se jih ljudje v skrajni stiski seveda poslužujemo, z mano vred. Malokdo pa se zaveda, da so vsa zdravila in postopki, ki izhajajo iz samoplačniških pregledov, tudi samoplačniški in jih po pravilu osebni zdravniki ne smemo prevzeti v redni sistem zdravstvenega zavarovanja, ker s tem še dodatno podaljšujemo čakalno listo, kar je etično nedopustno. Specialisti, ki delajo v teh samoplačniških ambulantah, o tem seveda molčijo, ker bi s tem izgubili potencialni vir zaslužka, finančno breme svojih pregledov pa redno prenašajo na osebne zdravnike, ki smo tudi zaradi tega na meji obstoja. Skratka, kdor vstopi v samoplačniški sistem zdravstva, mora po tej shemi samoplačniško nadaljevati tudi nadaljnje preiskave in si kupovati tudi zdravila, ki jih specialist seveda ne sme pisati v breme ZZSZ, osebni zdravniki pa tudi ne, ker s tem dejansko podaljšujemo čakalno vrsto za vse, ki si teh by-passov ne zmorejo privoščiti.

Dragi krajani, čakajo nas hudi časi. Samo želimo si lahko, da bo kljub vsemu premagala zdrava pamet, vsaj malo sočutja in solidarnosti, kar je trenutno v veliki krizi. V tem upanju je smiselno vzgajati svoje otroke in se veseliti vsakodnevnih malenkosti.

Želim si dobrega sodelovanja z vami še naprej.

Metka Fišer Zobovič, zdravnica

Pripis:

Iskrena hvala in zahvala zdravnici Metki Fišer Zabovič, dr. med., spec., za odločitev, da še ostane naprej z nami v Lovrencu kot naša priljubljena zdravnica. Iz srca ji želimo dosti zdravja, sreče, uspehov in osebnega zadovoljstva z željo, da dočakala z nami še veliko srečnih bi pomladi, z lovrenškimi pacienti, ki jo imajo srčno radi.

Prisrčna hvala tudi gospodu županu Franciju Ladineku, dipl. oec., da je uspel doseči z zdravnico Metko Fišer Zbovič vse to, kar je!

Na seji svetnikov občine Lovrenc na Pohorju je imel zelo težko situacijo, a vendar je uspel. Čestitamo mu!

Gospod župan, še enkrat prisrčna hvala in zahvala, za vse to.

Pripis napisal urednik tega časopisa.

PANDEMSKA GRIPA!

Pandemska gripa je bolezen, ki jo povzroča novi virus influence A (H1 N1)v. O prvih primerih pandemske gripe so poročali v Ameriki na začetku leta 2009. V manj kot dveh mesecih se je razširila po vseh celinah, zato je Svetovna zdravstvena organizacija razglasila pandemijo. Izraz pandemija izhaja iz latinske besede, kar pomeni razprostraniti, razširiti.

Virus gripe vsebuje gene prašičjega, človeškega in ptičjega virusa influence A. Sprva so ga poimenovali virus prašičje gripe. Poimenovanje je bilo napačno, saj virusi prašičje gripe povzročajo akutno bolezen dihal prašičev in ne ljudi.

Znaki in simptomi nove gripe so zelo podobni kot pri sezonski gripi:

- mraženje,
- povišana telesna temperatura,
- utrujenost,
- bolečine v mišicah in kosteh,
- zamašen nos ali izcedek iz nosu,
- glavobol,
- bolečine v žrelu,
- suh kašelj,
- včasih tudi bruhanje in driska.

Bolezen lahko poteka tudi v težji obliki s pljučnico, z odpovedjo dihanja in s smrtnim izidom. Pri otrocih, nosečnicah in kroničnih bolnikih lahko pandemska gripa poteka težje in pridružijo se lahko zapleti.

Obstajajo ocene, da v pandemiji gripe lahko zboli več kot 25 % ljudi in ne pomeni le javnozdravstvenega problema kot sezonska gripa, ampak širši družbeni problem.

Pandemska gripa se širi tako kot sezonska. Toda, ker se s tem novim virusom doslej še nismo srečali, smo za okužbo dovzetni vsi. Zato zboli večje število ljudi kot pri navadni, sezonski gripi. Virus se širi hitreje in v kratkem času zboli veliko število ljudi.

Pandemska gripa se prenaša:

- s kužnimi kapljicami, ki nastajajo pri kašljanju, kihanju, govorjenju;

- z neposrednim telesnim stikom z obolelim (npr. poljubljanje, objemanje) ter
- s posrednim stikom prek okuženih površin in predmetov (kljuke, telefonske slušalke, souporaba jedilnega pribora in kozarcev).

Pozorni moramo biti na poslabšanje zdravstvenega stanja. Nosečnice, otroci in bolniki, ki imajo sladkorno bolezen, astmo, kronični obstruktivni bronhitis, bolezni srca in ožilja, naj se ob prvih bolezenskih znakih ali poslabšanju osnovne bolezni takoj posvetujejo s svojim zdravnikom. To je nujno potrebno.

Kako preprečimo okužbo in širjenje pandemske gripe? Z rednim umivanjem rok. In sicer:

- Roke si vsaj 20 sekund temeljito umivamo z milom in speremo s toplo vodo.
- Obrišemo jih s papirnato brisačo in z njo zapremo pipo.
- Kadar nimamo možnosti umivanja rok, lahko uporabimo robčke z alkoholnim razkužilom.
- Z rokami se ne dotikamo oči, nosu in ust. Z dotikanjem različnih površin lahko virus sami zanesemo v telo.
- Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni. Osebi, ki ima znake bolezni, se brez zaščitnih sredstev ne približujemo na manj kot en meter.
- Upoštevamo higieno kašlja: kadar kašljamo ali kihamo, si usta in nos zakrijemo s papirnatim robčkom in ga takoj po uporabi odvržemo v najbližji koš. Če papirnatega robčka nimamo, lahko kihamo ali zakašljamo v zgornji del rokava.

Kaj storimo, če zbolimo:

- Omejimo stike z drugimi ljudmi.
- Ostanemo doma.
- Po telefonu pokličemo svojega izbranega zdravnika.
- Upoštevamo navodila za nego na domu.

Ob znakih poslabšanja bolezni se takoj posvetujemo z zdravnikom!

Znaki poslabšanja pri odraslih:

- dihalo s težavo, duši jih ali imajo hude bolečine v prsih,
- izkašljejejo gnoj ali krvavo sluz,
- ustnice postanejo modre ali vijoličasto obarvane,
- na vodo hodijo čedalje redkeje, urina je malo in je temne barve,
- postanejo omotični, počasni, zaspani, zmedeni, na vprašanja zmedeno odgovarjajo.

Znaki poslabšanja pri otrocih:

- težko dihalo že pri majhni telesni aktivnosti,
- hitro in neredno dihalo,
- imajo bolečine in piskanje pri dihanju,
- imajo temperaturo več kot 39° C,
- bruha več kot štiri ure ali pogosto bruha,
- imajo modre ali vijoličasto obarvane ustnice,
- imajo znake izsušitve: udrti možganska mečava (fontanela), omotičnost, redko uriniranje, malo urina,
- prisotna je zmedenost, zaspanost, neodzivnost.

Kaj je protivirusno zdravilo, ki vsebuje zaviralce nevraminidaze, in kdaj ga je priporočljivo jemati?

Zdravilo se uporablja za zdravljenje in preprečevanje influence (gripe) pri odraslih in otrocih. Zavira določene en-

cime na površini virusa, imenovane nevraminidaze. Ko so nevraminidaze blokirane, preprečijo virusu gripe, da bi se razširil po telesu, in tako olajšajo ali preprečijo simptome, ki so posledica okužbe z virusom gripe. Bolnim s klinično sliko pandemske gripe zdravilo na stroške države po presoji v ustreznem odmerku predpiše zdravnik. Zdravilo je treba začeti jemati čim prej, v prvih 48 urah po pojavu simptomov.

Zdravnik se po presoji lahko odloči za predpisovanje na »beli« samoplačniški recept, npr. pri osebi, ki ima povečano tveganje za težek potek pandemske gripe in potuje na območja s slabšo zdravstveno oskrbo, kjer intenzivno kroži virus pandemske gripe.

To, kar sem napisal, sem napisal le na podlagi revije »Naša lekarna«, št. 35, september 2009, in na podlagi dovoljenja cenjene gospe, ki vodi lekarno v Lovrencu na Pohorju.

Naš časopis »Upokojenec« pride v vsako gospodinjstvo našega kraja in vsak zainteresiran bo lahko prebral ta pisni prispevek v našem časopisu in mu bo gotovo koristilo. Čim manj pandemske gripe, tem boljše!

Lovrenčani smo srečni, zadovoljni in veseli, da je lekarna v našem kraju. Pa ne samo to, saj sta v lekarni dve simpatični gospe, ki sta lepi in prijazni, pa tudi duhoviti, z nasmehom na obrazu, kar za prihajajočega ogromno pomeni. Ko prideš v lekarno in ju zagledaš, si kar za polovico manj bolan, kot dejansko si. Da bi le še vse to tako naprej ostalo, pa bo vsem lepo in dobro.

Urednik časopisa

SPOLNOST V STAROSTI

Tema, ki jo je ponudil letos gospod urednik, je nenavadno vsakdanja, a obenem se o njej skorajda ne sliši. Vsakdanja zaradi tega, ker ni nič kaj manj prisotna v vsakdanjiku starejših, kot je bila v obdobjih pred tem. Redko slišna zato, ker tudi strokovnjaki še do nedavnega spolnosti v tem obdobju niso kaj dosti raziskovali. In med ljudmi je še razširjeno prepričanje, da v starosti tako in tako nič več »ne dela«, da se v starosti spolnost »ne spodobi«. Že prvi, nekoliko bolj resni pristopi k tej temi, so te predsodke ovrgli kot zmotna prepričanja. Ne smemo namreč pozabiti, da je spolnost odnos. Ni torej nekaj, kar je bilo in je minilo, ampak se le spreminja skupaj s staranjem obeh partnerjev v intenzivnosti, barvi, moči ... Je kot leto, ki to ni samo pomlad z bujno energijo, in ni lepo samo takrat, ampak je sestavni del leta tudi jesen. Bolj umirjeni del leta, kajpada, a za kakšnega še lepši, mnogoterih barv. Pomembno ob tem je, s kakšnim partnerjem se staramo in kakšen je ta odnos. Vse drugo je le okvir s spremembami na fiziološkem in psihičnem področju.

Profesor Ziherl, naš psihiater, ki se ukvarja tudi s problemi spolnosti v zrelejših letih, pravi, da ni prav nobenega razloga, da bi ženske in moški tudi v poznih letih ne uživali v spolnosti in si je ne želeli tako, kot so to počeli in počele pred menopavzo. Veliko raziskav dokazuje močne spolne pobude pri ženskah v starejših obdobjih, enako velja tudi za nekatere moške. Velja tudi, da imajo ženske bolj trdno spolno moč kot moški. Tudi po 65. letu še vedno iščejo eroti-

ne dogodke in se odzivajo nanje, imajo erotične sanje in so sposobne doživeti orgazem. Da so ljudje spolno aktivni tudi v poznejšem obdobju življenja, je pokazala nedavna obsežna ameriška raziskava. Izsledki omenjene raziskave so bili leta 2007 objavljeni v New England Journal of Medicine. Z državnim projektom o družabnem življenju, zdravju in staranju v ZDA so dobili obsežno sliko o spolnem vedenju starejših ljudi. Kot je poročal profesor sociologije Edward Laumann z univerze v Chicagu, je bilo kar 68 odstotkov moških in 42 odstotkov žensk med 57. in 85. letom spolno aktivnih, 26 odstotkov iz skupine od 75 do 85 let pa je zadržilo, da so še vedno spolno dejavni. Številke pričakovano kažejo, da zanimanje za spolnost s starostjo pojenjuje, je pa presenetljivo dejstvo, da je spolna dejavnost pri starostnikih do 75. leta na približno enaki ravni kot pri posameznikih, starih od 18 do 59 let.

Upad spolnih hormonov, suhost nožnice, atrofija mišic medenice in druge spremembe so v teh letih dejstvo. A profesor Ziherl meni, da sta bolj kot to, za partnersko spolno življenje potrebna spolni odziv in odnos s partnerjem. Tako je spolni odziv v vseh stopnjah (poželenje, vznburjenje, orgazem in umiritev) bolj odvisen od partnerskega odnosa in odnosa do samega sebe, naše samopodobe, kot od telesnih sprememb:

1. Poželenje, želja po spolnosti, z leti sicer upade zaradi padca ravni spolnih hormonov v telesu, a je pri ženskah prav testosterona (hormona, ki to željo najbolj vzpodbuja) v tem obdobju relativno največ (zaradi usihanja ženskega hormona, estrogena).
2. Spolno vznburjenje v tem obdobju je nekoliko šibkejše in traja dlje, da se pojavi, a sama suhost in atrofija mišic sta manjšega pomena od dobrega medsebojnega odnosa.
3. Doživljanje orgazma in sama intenzivnost pri obeh praviloma nista prizadeta, če sta sicer zdrava in ga je partnerka tudi poprej doživljala.
4. Tudi faza umiritve ni spremenjena.

Še več, z drobnimi prilagoditvami lahko odpravimo marsikatero nevšečnost. Z uporabo sterilnih lubrikantov na vodni osnovi, izogibanju pretiranemu prhanju, pretirani uporabi mila in šamponov, ki dodatno izsušijo sluznico, smukcu in podobno. Na razpolago so hormonska nadomestna sredstva za sistemsko in lokalno uporabo (moški in ženski spolni hormon v blazinicah in v obliki gelov, ki se nanašajo na sluznico in omilijo suhost, kot je Ortho-Gynest krema) ter zdravila za izboljšanje erekcije (Viagra, Cialis, Levitra ...). Vendar, pozor! Predvsem slednja niso čudežna zdravila. V prvih raziskavah je imela le dobra polovica prostovoljcev boljšo erekcijo, pri drugi polovici ni bilo sprememb. Še več, pri tistih, ki so srčno-žilno ogroženi, so lahko ti pripravki tudi nevarni. Še najbolj so ta zdravila v pomoč tistim, ki imajo erektilno motnjo zaradi zapletov nekaterih bolezni, kot je na primer sladkorna bolezen in podobne. Na splošno lahko rečemo, da imajo od teh zdravil največ prav oni, ki imajo tudi sicer dober intimen in partnerski odnos.

Poudariti je treba, da veliko drugih zdravil, ki jih uporabljamo za zdravljenje ali samozdravljenje, tukaj niso naš zaveznik. Še posebej, če jih uporabljamo nekritično, v prevelikih odmerkih in predolgo. Med zdravili, ki zelo zavirajo

spolno moč, omenimo predvsem pomirjevala in zdravila za zdravljenje depresij, kot tudi antihistaminike (zdravila za zdravljenje alergij): manj histamina – težje doseganje orgazma. Podobno opazimo pri nizki ravni cinka. Slednjega je veliko v morskih sadežih, orehih in semenih.

Žal, se kakšni s spremembami, ki jih prinašajo leta, ne morejo sprijazniti in takrat, kot pravi dr. Miriam Stoppard, tako moški kot ženske, včasih začnejo iskati rešitev tako, da se podajajo v spolne avanture in na jalov način skušajo podoživeti delček mladosti.

Naj sklenemo. Nekaterim prinaša spolno življenje več užitkov in zadovoljstva prav v starejših letih. Ključ do uspeha se skriva v pravem partnerju in vzajemnem spoštovanju skozi leta. Ali, kot je strnil že omenjeni profesor Laumann svoje strokovno poročilo: »Moral bi se zavedati, da je spolnost pomemben del fizičnega in mentalnega mozaika vsakega posameznika; biti mora poživljajoča, osrečujoča in sproščujoča. Le takšna prinese pomembno razsežnost tudi v pozno življenjsko obdobje, zato ne smemo misliti, da spolnosti v starosti več ni. Je lahko zelo prijetna, celo boljša kot v mladosti, zagotovo pa je drugačna, toliko drugačna, kot ste drugačni tudi sami.«

Želim vam dobro leto, ki naj vključuje kar se da veliko vsakdanjih stvari, ki ste jih radi počeli tudi do sedaj,

Franc Beigot, dr. med. spec.

PREPREČEVANJE VISOKEGA KRVNEGA PRITISKA

Težave z visokim krvnim pritiskom ima več kot 1,5 milijarde ljudi po vsem svetu, toda niti polovica njih se ne zaveda, da v telesu nosijo tempirano bombo in da si v bistvu lahko pomagajo tudi sami. Največja težava visokega krvnega pritiska je, da veliko let sploh ni opaziti simptomov bolezni, odkrije pa se ga po čistem naključju.

Pri nezdravljenem visokem krvnem pritisku se odebeli levi srčni prekat, pogojno pa pride do kronične, življenjsko nevarne insuficience srčne mišice. Poapnijo lahko tudi žile. Ker kri tako ne more več neovirano teči po žilah, srcu začne zmanjkovati kisika.

Visok krvni pritisk je kriv za skoraj 90 odstotkov vseh kapi, trpijo pa tudi ledvice. Brez ustrezne terapije lahko ta razstrupljevalni organ celo odpove. Včasih se težavam pridruži še odstopanje mrežnice, kar ogrozi vid.

Glavni vzrok za visok krvni pritisk je prekomerna telesna teža. Zlasti maščevje okoli trebuha proizvaja ogromno hormonov, ki zvišujejo pritisk. Pri velikem številu pacientov je za visok krvni pritisk kriva tudi prekomerna uporaba soli. Ta namreč spodbuja krvne žile h krčenju ter jih tako izpostavi večjemu pritisku. Po tretjem kozarčku postane sovražnik žil tudi alkohol. Srčni utrip se pospeši, skozi telo pa se načrpajo povečane količine krvi. Napetost žil zopet zviša krvni pritisk. Podobne posledice ima tudi stres, določeno vlogo pa igrajo tudi geni. Če za visokim krvnim pritiskom trpijo vaši sorodniki, ste tudi sami izpostavljeni velikemu tveganju.

Še nekaj podatkov o krvnem pritisku.

Normalne vrednosti krvnega pritiska so pod 140/90 mmHg.

Visok krvni pritisk je definiran kot odčitek dveh zaporednih merjenj nad 140/90 mmHg.

Normalna vrednost srčnega utripa ali pulza je od 60 do 80 udarcev na minuto in se lahko meri ročno, po navadi v zapestju.

Frekvenca srca v mirovanju se uporablja kot kazalec telesne kondicije. V boljši kondiciji kot ste, manjša bo frekvenca srca v mirovanju. Dobro trenirana srčna mišica je namreč večja in močnejša, zato potrebuje manj udarcev na minuto, da zagotovi ustrezno kroženje krvi po telesu. Najbolje je, da si pulz izmerite zjutraj, še preden vstanete. Srčni utrip oziroma povečana srčna frekvenca med vadbo pomeni prilagoditev telesa na napor in služi kot objektivno merilo napora.

Nekaj nasvetov, kako si lahko pomagata sami, da skušata obdržati normalen krvni pritisk:

Če ste stari več kot 30 let, si vsaj enkrat letno preglejte vrednosti krvnega pritiska.

Spremenite prehranjevalne navade in se veliko gibajte!

Pogosteje posežite po sadju in zelenjavi.

Mastna živila zamenjajte z manj mastnimi. Pri nakupu bodite pozorni na skrite maščobe v salamah, klobasah, pecivu in gotovih izdelkih. Življenjsko pomembne so večkrat nenasičene maščobne kisline v ribah in rastlinskih maščobah.

Posebno pomembno je, da omejite uporabo soli. Namesto soli jedi raje začinite z zelišči, česnom in čebulo.

Hoja je človeku najbolj lastno in najnaravnejše gibanje. Če nimate posebnih zdravstvenih težav, lahko brez večjega napora hodite kadar koli in kjer koli. Za hojo ne potrebujete drage opreme, prostora in denarja. Zadostuje le, da si to želite, da izstopite iz hiše, stanovanja ali avta in se peš odpravite v trgovino ali službo. Edino, kar si morate zares privoščiti, da bi hodili, je čas ter primerna obutev.

Hoja ugodno vpliva na prekrvavitev telesa in krepi srce ter na ta način zmanjšuje nevarnost srčno-žilnih obolenj ter normalizira krvni pritisk, spodbuja presnovo in delovanje črevesja ter zato prispeva k rednemu odvajanju in vzdrževanju telesne teže, pomaga pri pravilnem delovanju pljuč in izboljšuje dihanje. Hoja spodbuja tudi pravilno razporeditev kalcija v kosteh in tako pomaga pri preprečevanju osteoporoze. Hoja pa vsekakor blagodejno vpliva tudi na naše psihično stanje, zato je le-ta eden izmed načinov sproščanja našega duha in premagovanja vsakodnevnih psihičnih naporov.

Spomniti želim še na slogan: MOJE ZDRAVJE – MOJA SKRB! V okviru tega v Lovrencu na Pohorju vsako prvo soboto v mesecu izvajam meritve krvnega pritiska in pulza, kakor tudi meritve krvnega sladkorja, holesterola ter trigliceridov v krvi. Storitve se izvajajo v prostorih zdravstvenega doma v pritličju – desno. Vljudno vabljeni!

Danica Hriberšek, patronažna medicinska sestra

ZDRAVO ŽIVLJENJE IN PREHRANA

Večno aktualna tema, ob kateri nam ni nikoli dolgčas, je zagotovo naša telesna teža, s katero ponavadi nismo nikoli zadovoljni. Kilogram dol ali gor ni seveda nič nenavadnega, medtem ko je večno hujšanje, kjer gre za deset, dvajset in več kilogramov, lahko zelo nevarno. Na novo pridobljeno težo namreč le redki ohranijo in ko se tako ponovno pore-dimo, se nam lahko poslabšajo nekatera bolezenska stanja, npr. motnje v presnovi, slabokrvnost, povesejo se organi ...

Najboljša rešitev je seveda zmerno prehranjevanje, kar pa ne pomeni stradanja. Tudi od čudežne svetopisemske mane, ki je menda rešila Izraelce, bi najbrž navadni smrtniki težko preživeli, saj krastika, ki je slovensko ime za mano (lišaj), pri nas sploh ne raste. Vsebuje pa precej sluzastih ogljikovih hidratov, manitola (sladek alkohol) in lekanorno kislino in ga v vzhodnoazijskih deželah še danes jedo.

Povedano mimogrede, bil bi pravi blagoslov, če bi tudi pri nas rasel kakšen podoben lišaj, ki bi ga nabrali v naravi, se hkrati z njim nasitili in bi torej bil povsem naraven. Tako pa žal uživamo vse preveč konzervirane hrane, ki seveda vsebuje konzervanse, ki pa imajo na naš organizem tudi stranske učinke. Nič pa ne pomaga, če na embalažah preverjamo in prebiramo tiste znamenite E-je, če ne vemo, kaj ti pomenijo. Poglejmo si najpogostejše: E 210–E 219 so sintetično izdelani konzervansi in lahko v prevelikih količinah povzročajo različne alergije. E 219–E 228 so prav tako sintetični konzervansi in lahko povzročajo glavobol, astmo ... Tukaj so še umetna barvila in antioksidanti, ki so na embalažah izdelkov prav tako označeni z E-ji in številkami in tudi ti niso povsem nedolžni.

Le kako naj torej skozi različne strupe in pasti ohranimo zdravo in hkrati vitko telo? Vrnimo se k naravi, pravijo ekološko osveščeni ljudje. Toda, ali ni to že pravljica? Pravljica morda že, toda ali ni to prava apercpcija (vživljanje človeškega jaza v naravo), ki presega tudi tisto znano misel; to kar vidijo od mene drugi ljudje, je samo moja zunanost, moje telo; moj pravi jaz, moje notranje bistvo, moja duša, pa živi v čudežnem, v skrivnostnem svetu, in lahko živim le s tistim človekom, ki najde mojo dušo.

Upajmo, da bo tudi našo dušo našel nekdo, ki nas bo ljubil zaradi nas in ne zaradi vitkega in brezhbnega stasa. Tiste najbolj grozne E-je pa za vsak primer le pustimo na prodajnih policah in se po svojih zmožnostih vračajmo k naravi (saj veste, domače ...).

Mimogrede še omenimo, na katerem delu zemeljske oble živijo najbolj zdravi ljudje. Rockefellerjeva raziskava iz leta 1984 je pokazala, da je pri odraslem prebivalstvu, ki živi v Sredozemlju, najmanj kroničnih bolezni na svetu. Pri tem je še posebej izstopal grški otok Kreta s svojo tradicionalno prehrano. In zakaj prebivalci grških otokov veljajo za najbolj zdrave v Evropi? Raziskave so pokazale: skrivnost tiči v tem, da porabijo skoraj trikrat več oljčnega olja kot drugi Evropejci.

Že od nekdaj so ljudje v vseh kulturah s hrano preprečevali in zdravili bolezni ter krepili zdravje. Egipčani so po-

veličevali lečo, ker naj bi bistrila um, Stari Grki in Rimljani so z medom zdravili rane, Kitajci pa so s kaljenimi žiti in stročnicami zdravili najrazličnejše bolezni, od zaprtja do vodenice ...

Oni dan sem prebirala nadvse zanimivo staro knjigo, ki sem jo dobila v roke po naključju. Žal je že vsa porumenela, brez platnic in mnogih strani, a kar je v njej še čitljivega, je poučno in še vedno uporabno. V knjigi so namreč koristni nasveti za zdravljenje raznih tegob, ki so resda že iz mode, tu in tam celo smešni, a ker se dandanes vedno raje vračamo k naravi, bodo morebiti kmalu spet aktualni. Pa poglejmo nekaj utrinkov iz omenjene knjige. O trebuhu pisatelj takole govori: Gosposkim ljudem, posebno na Nemškem, se beseda »trebuh« grda zdi in rajši pravijo doljni in spodnji život (unterlieb). Meni je trebuh prav tako všeč kakor glava, kajti polna glava ozira se dostikrat tudi na polni trebuh. Saj je bilo že Latincem znano, da »PLENUS VENTER NON STUDET LIBENTER« (Polni trebuh ne mara za učenje). Ako je preveč perila (menstruacije), svetuje, da zmešaj v pisker vinskega oceta in vode, vsakega na pol. Potem deni notri hrastovega listja, trpotca in nekaj bukovih peres ter pristavi k ognju. Prideni tudi nekaj galuna. Kadar dobro zavre, mlačno pij, ti bo pri priči boljše. Za mrtvoud ali kap vzemi vsako jutro po dve zrn gorušice in dve zrn popra ter bodi brez skrbi. Tisti dan te ne bo zadel mrtvoud. Za raka vzemi rožmarinovega perja, ga stolci in naveži na raka. Ako se ti zapre voda, skuhaj na vinu metlike in pij gorko. Skuhaj česna na vinu, tudi pomaga. Za božjast ali če te trga po udih, nalovi četrtlitrsko steklenico velikih ali gozdnih mravelj, ki so črne barve, kajti te so boljše, kakor pa rdeče. Vlij nanje prav dobrega žganja in steklenico zaveži ter jo postavi osem dni na sonce. Nato žganje odcedi v drugo steklenico, pride-ni kafe, mire in žafrana in jo zopet za osem dni postavi na sonce. S tem žganjem se maži po udih, kadar te trga. Z beli tok naberi bele detelje in jo skuhaj na vodi ter pij vodo. Ako se ti je zaprlo, uživaj na kurji juhi štopo štrkovčevih korenin. Ako pa se ti zapro vetrovi, skuhaj na vinu čebule in pij ga.

Še posebej zanimivo je pisanje o tobaku: koliko nikotina plava le po zakajenih prostorih, kjer se vino in pivo pije! Dostikrat je dim gost kakor adventna megla v Ljubljani, da bi ga lahko grabil kar z roko ali rezal s koso, in vendar nas to ne plaši, da ne bi kar po cele večere prekajali ondi ubogih svojih udov. Da v tako zakajeni sobi ne more biti zdravo, spričuje nam že samo to, da ljudje, ki tabaka niso vajeni, ne vzdrže ondi niti pet minut, in da tabak sploh ni prikladen našemu organizmu, dokažem vam iz tega, da se ga je treba še le privaditi. Vsak tabakar se bo še gotovo spominjal, kako mu je po prvi smodki plesal ves svet pred očmi in kako je večkrat »urha klical«, kadar se je jel učiti kadenja.

Še znatno slabši kakor po gostilnah, pa je zrak po kmečkih spalnicah. Ondi pa je že tak, da mestnega človeka kar znak vrže, kadar ga usoda zanese v take kraje. Že ko greš mimo zaprtega okna kmečkih spalnic, vdari ti zaduhel duh v nos, kaj pa šele, če stopiš notri!

Ostro je pisatelj nastopil tudi proti pijancem. Ni ga gr-jega človeka na svetu, kakor je pijanec. On pozabi, da je ustvarjen po božji podobi ter se pogrezne v blato, kjer se

valjajo živali. Pijanec zavrže človeško dostojnost in postane živina. Kdo je temu vzrok? Ljudje sami. Saj že negodne otroke zalivajo s pijačo. Pijančev obraz in zlasti nos dobita zarudelo barvo, katera se polagoma spremeni v višnjevkasto. Od kod pa to? Vsled silnega srčnega delovanja kroži kri hitreje in burneje po žilah in tudi z večjim pritiskom. Male, po nosu in obrazu razpeljane žilice se raztegnejo, ker pride več krvi vanje in nekatere popokajo. No, to še ni take sile. Kadar pa počí kaka večja žila v človeku, kar se pri pijancih zgodi dostikrat – tedaj pravimo, da ga je zadel mrtvoud.

Naj bo misli in nasvetov dovolj. Obdržite, če se vam bo zdelo kaj uporabnega.

Patricija Majcen, absolventka



Milena Fornezzi

Milena Fornezzi je prevzela že nekoliko prej načrtovano organizacijsko vodstvo krožka in ga še tudi dandanes zelo uspešno vodi. Organizacijski vodji gospe Mileni Fornezzi želimo še veliko uspehov tudi vnaprej pri vodenju krožka »Pikapolonice«. Milena, bodi zdrava, čila, srečna, uspešna, vesela in zadovoljna, vse to Ti želi urednik tega časopisa.

Na otvoritvenih razstavah je bilo vedno zelo lepo in prijetno. Na te razstave so radi prišli od blizu in daleč, skupine in posamezniki, pa tudi naši spoštovani in cenjeni Lovrenčani. Na vsaki otvoritveni razstavi so tečajnice in vodstvo krožka »Pikapolonice« skupno organizirali bogat kulturni program, katerega je vedno pripravila in vodila, pa tudi v njem sodelovala, gospa Marjana Perklič, tajnica društva in članica krožka.



Marjana Perklič,
vodja kulturnega programa
pri Pikapolonicah in društvu
na občnih zborih.

Ročnodelski krožek se je preimenoval v Pikapolonice med leti 1993 in 1994. Leta 1994 so članice Pikapolonic pripravile razstavo že pod novim imenom. Posebnost ročnodelskega krožka Pikapolonice je predvsem druženje, saj je nekaj vdov, izmenjujejo si novice, recepte in seveda ročno ustvarjajo: kvačkajo, šivajo in pletejo v raznih tehnikah, katere nas je naučila naša mentorica in učiteljica v pokoju gospa Vikica Gutsmandl.

V tem času oziroma obdobju je bil predsednik Društva upokoencev Lovrenc na Pohorju Jožef Javornik, oec., in sicer skupno sedemnajst let. V društvu smo ustanavljali naslednje dejavnosti oziroma krožke:

1. Ustanovili smo ročnodelski krožek. Najprej smo se zbrali v mali društveni pisarni na krajevni skupnosti (KS) na posvetu v naslednji sestavi:

- gospa Milena Fornezzi,
- gospa Vida Roškar in
- gospod Jožef Javornik.

Na posvetu smo se dogovorili, da bi pri društvu ustanovili ročnodelski krožek ali pa enoto. Vsi smo bili enotnega mnenja, da ustanovimo ročnodelski krožek.

Sledil je ustanovni zbor, ki je bil dne 12. septembra 1991, in na tem zboru smo bili zbrani:

- gospa Milena Fornezzi,
- gospa Vida Roškar (sedaj že pokojna),
- gospod Jožef Javornik in
- tudi osemnajst bodočih članic.

Ustanovni zbor je bil v prostorih Osnovne šole Lovrenc na Pohorju, in to s kulturnim programom. Igrala sta Anton Hriberšek in Ivan Bedenik (sedaj že pokojni), ob spremljavi harmonike sta pela Rajko in Gašper.

Z delom smo v ročnodelskem krožku pričeli 7. novembra 1991. Na podlagi mnenja ustanovnega zbora naj bi organizacijsko vodstvo prevzela gospa Milena Fornezzi, ko bo nastopila ta potreba. Strokovno vodstvo je pa prevzela učiteljica gospa Vikica Gutsmandl. K strokovnemu vodstvu se je po določenem času pridružila gospa Vida Roškar, ki je bila že od vsega začetka pri krožku.

Na začetku delovanja krožka so v krožku uvedli tečaj, katerega se je udeležilo okrog 40 tečajnic. Tečaj je trajal od novembra v tekočem letu pa do maja v naslednjem letu.

Na tečajih skozi 18-letno obdobje so se tečajnice ogromno naučile, kar se je zrcalilo na njihovih izdelkih, ki so jih na razstavah pokazale.

Dokaj kmalu so pa nastale potrebe, da v krožku aktivirajo organizacijsko vodstvo krožka.

Skrbno preberimo, kaj je o učiteljici, gospe Vikici Gutsmandl napisala gospa Milena Fornezzi.

Ročnodelski krožek »Pikapolonice« je od nastanka krožka strokovno vodila gospa Vikica Gutsmandl. Ko so nastale potrebe po organizacijskem vodenju, je to vodenje prevzela gospa Milena Fornezzi. Neizmerno smo gospe učiteljici Vikici Gutsmandl hvaležne, saj nas je ona naučila vsega, kar znamo. Prvo leto nas je učila pletenja in umetnega pletenja. Za pletenje smo potrebovale kraj, za umetno pletenje pa smo se naučile brati znake iz sheme. Tako smo nadaljevale pri kvačkanju. Tudi tam smo spoznavale znake in se seznanile z različnimi tehnikami kvačkanja, šivanja, mreženja in izdelavo bisernih čipk, na kar smo posebno ponosne, ker to tehniko malokdo obvlada. Kvačkale smo makrame, šivale kelim in tako na-



Vikica Gutsmandl,
učiteljica

prej, do takrat, ko je gospa Vikica zbolela. Sedaj prebiva v domu starostnikov in ko je obiščemo, je njeno prvo vprašanje, kaj bomo to leto delale. Še vedno je v mislih z nami, pa tudi me jo zelo pogrešamo.

Zahvaljujemo se Osnovni šoli Lovrenc na Pohorju, da nam že osemnajst let nudi prostore za krožek, ki poteka vsak četrtek od 16. ure naprej, in sicer od novembra do maja ter omogoča razstavo ročnih del. Prisrčna hvala in zahvala za vse to.

2. Krožek zeliščark je bil ustanovljen v letu 2004 pod imenom Klepetalnica; pozneje se je preimenoval v Srčno moč in pod tem imenom uspešno deluje tudi danes. Vsem zeliščarkam tega krožka želimo veliko uspehov in sreče, kakor tudi zdravja, veselja in zadovoljstva pri njihovem plemenitem delu.



Zeliščarke razstavljajo običajno takrat, ko razstavljajo Pikapolonice, velikokrat pa tudi samostojno.

Bilo je nekega uradnega dne v letu 2004, ko je gospa Marjana Perklič vprašala predsednika društva, kaj meni o tem, da bi pri društvu ustanovili krožek zeliščark; predsednik se je s to mislijo strinjal.

Istega leta je bila gospa Marjana Perklič na obisku pri gospe Lidiji Vračko. Med drugim je pogovor nanesele tudi na zeliščarke; gospa Marjana pa je vzklila: »O, joj, nekaj takega bi tudi jaz rada, da bi obstajalo v Lovrencu.« Nato je gospa Marjana vprašala gospo Lidijo, ali bi bila ona pripravljena prevzeti vodenje krožka? Gospa Lidija načelno ni nasprotovala in tako je čez čas postala vodja krožka zeliščark ter ga zelo uspešno vodi tudi dandanes. Želimo ji veliko sreče pri vodenju krožka, zdravja, uspehov in zadovoljstva; posebej sedaj, ko se krožek imenuje »Srčna moč«.

3. Kegljaška ekipa

Za ročnodelskim krožkom smo aktivirali kegljaško ekipo, ki je potem v okviru društva vsa leta uspešno delovala in uspešno deluje še danes. Kegljaška ekipa je nastala leta 1992. Takrat je prevzel vodenje ekipe gospod Marjan Dragar kot kapetan, kot kegljači temu pravijo, oziroma predsednik kegljačev. Ekipo je gospod Marjan Dragar nadvse uspešno vodil skozi vsa obdobja, in sicer do leta 2008. Od leta 2008 pa vodi kegljaško ekipo gospod Maksimiljan Žel.

V ekipi še tudi sedaj sodeluje gospod Marjan Dragar; želimo mu veliko dobrih metov krogle.

Kegljaška ekipa vsako leto tekmuje v ligi, kjer se zvrstijo ekipe ZPZ Maribor (Zgornje podravske pokrajinske zveze Maribor) in doseže običajno drugo mesto. Skozi to dolgo obdobje se je večkrat zgodilo, da je šlo za las, da se niso uvrstili na prvo mesto. So pa tudi primeri, ko dosežejo nižjo uvrstitev, saj je rezultat večkrat odvisen tudi od ŠPORTNE SREČE in od razpoloženja kegljačev in kegljačic v ekipi.



Na levi strani je dolgoletni in zelo prizadeveni kapetan Marjan Dragar; na desni strani pa novi kapetan Maksimiljan Žel.

Ob pogledu na sliko vidimo, kako ponosni je moški svet v ekipi, z majhnim nasmehom na obrazu, in kako prijetne so predstavnice ženskega sveta z bolj izrazitim nasmehom, ki pa zablesti kot sončni žarek in je kašipot izgubljenemu in sončni žarek žalostnemu. Slika daje ob pogledu na njo toplino, gledalcem pa prijetno sočutje.

Ekipo želimo v prihodnje veliko dobrih športnih rezultatov, novemu predsedniku oziroma kapetanu ekipe gospodu Maksimiljanu Želu, ki je ob pogovoru v določeni priliki povedal tudi to: »Ko kegljamo na treningu, se od časa do časa razvije zelo prijetno vzdušje. Takrat so tudi rezultati odlični.«

4. Uredniški odbor

Uredniški odbor pri Društvu upokojencev Lovrenc na Pohorju že 17 let uspešno izdaja časopis Upokojenec. Prva urednica in lektorica časopisa je bila učiteljica Matilda Vresnik; člani uredniškega odbora pa so bili:

- učiteljica gospa Matilda Vresnik, urednica in lektorica,
- učitelj gospod Dušan Fornezzi, namestnik urednice,
- ekonomist Jožef Javornik, organizator,
- tajnica DU Lovrenc na Pohorju gospa Lojzka Šumer, članica.

Čez nekaj let se je gospa Matilda Vresnik poslovila in se odselila v njene rodne kraje v Slovensko Primorje (čičerijsko) in pri časopisu smo ostali sami. Preden je odšla, mi je ob določeni priliki dejala: »Boste že tudi sami zmogli vse okrog časopisa.«

Na prvem sestanku, ki smo ga imeli po odhodu gospe Matilde Vresnik, je na seji uredniškega odbora gospod Dušan Fornezzi predlagal: urednik boš Jože Ti, jaz pa bom lektoriral. In tako je tudi dolga leta bilo. Prve tri letnike ča-

sopisa je lektorirala gospa Matilda Vresnik, potem letnike časopisov od številke 4 do 11 gospod Dušan Fornezz, letnike časopisov od 12 do 17 pa lektorica profesorica slavistike gospa Barbara Rocek Bregar.

Sedanji uredniški odbor pa sestavljajo:

- urednik Jožef Javornik, ekonomist,
- lektorica Barbara Rocek Bregar, profesorica slavistike,
- članica odbora Patricija Majcen, absolventka.

Uredniški odbor dela zelo uspešno in ima zelo dobre dopisnike. Leta 2007 je časopis Upokojenec prejel PRIZNANJE OD ZGORNJEPODRAVSKE POKRAJINSKE ZVEZE DU S SEDEŽEM V MARIBORU ZA NAJKVALITETNEJŠE INTERNO GLASILO ZA LETO 2007.

Vsako leto izide ena številka časopisa; v letu 2008 je izšla številka 16, letos pa bo izšla 17. številka, to pa pomeni, da časopis Upokojenec izhaja že 17 let. Glasilu Upokojencu želimo srečno pot.

5. Pred leti smo uvedli že merjenje krvnega tlaka, holesterola in sladkorja v krvi pri našem društvu. Te meritve potekajo dvakrat letno. Prvo merjenje je izvedeno v mesecu februarju, drugo pa v mesecu avgustu, v času Jezernikovih dnevov.

Interesentu, ki mu opravijo meritve, dajo tudi knjižico za vodenje evidence. V knjižico je možno vpisati štirinajst meritev. Že pred določenim časom so pričeli tudi z meritvami trigliceridov, kar je izredno pomembno. Meritve opravljajo zelo kvalitetno, saj imajo sposoben kader in dobro opremo, kar omogoča dokaj hiter potek meritev.

CENA MERITEV:

- merjenje krvnega tlaka, holesterola in sladkorja v krvi znaša 5 evrov,
- če prištejemo še merjenje trigliceridov, pa znaša vse skupaj 7,5 evrov.

Predvidoma bodo cene ostale enake tudi v letu 2010.

Pri našem društvu povedane meritve opravlja

DRUŠTVO ZA ZDRAVJE SRCA IN OŽILJA
ZA MARIBOR IN PODRAVJE.

Z DRUŠTVOM ZA ZDRAVJE SRCA IN OŽILJA si želimo plodnega sodelovanja tudi v prihodnje; ostanite zdravi, srečni, čili in veseli, pa tudi uspešni v celotni ekipi in tudi v prihodnje radi prihajajte v naš lepi lovrenški kraj.

Naj teko Vam mirni dnevi,
Bog živi Vam življenje v Vašem obdobju.

Jožef Javornik, oec., urednik časopisa

6. Zaključna misel:

Veliko bi še bilo potrebno povedati, da bi zaokrožili delo in prizadevanja, ki so bila potrebna v tem obdobju (od 1991 do 2008), pa se nismo tako odločili. Izpostavil bi le od mnogih eno misel: »Velikokrat sem bil v tem obdobju pri županu gospodu Francu Ladineku, dipl. oec., kot predsednik društva na razgovoru o različnih zadevah, pa moram povedati, da vedno sem bil lepo sprejet. Na razgovoru sem se vedno

dobro počutil in nikoli nisem od župana odhajal praznih rok, vedno sva se kaj pomembnega in pametnega dogovorila.«

Precej se je bilo potrebno dogovarjati, da smo v končni fazi dogovarjanja le dobili dve lepi pisarni, ki obe dandanes s pridom koristimo.

Na zadnjem razgovoru z gospodom županom pa nisem bil več sam, kot običajno na vseh predhodnih razgovorih, ampak sem od upokojencev povabil še gospoda Edvarda Goričana starejšega in gospoda Dušana Fornezzija starejšega. Dogovorili smo se, da pri društvu dobimo dve pisarni in obe desno od glavnih vhodnih vrat v kulturni dom. In tako je tudi bilo.

Hvala našemu županu gospodu Francu Ladineku, dipl. oec., da nam je upokojencem v končni fazi namenil ali dodelil ta dva lepa pisarniška prostora, kar je v ponos vsem članicam in članom Društva upokojencev Lovrenc na Pohorju in tudi v ponos občini, da je upokojencem dodelila tako lepi dve pisarni.

V nove prostore smo se preselili leta 2000 in sedaj že deveto leto koristimo dodeljeni nam pisarni.

Gospod župan, prisrčna Vam hvala za vse, kar ste do brega storil za Društvo upokojencev Lovrenc na Pohorju v povedanem obdobju, vse bo ostalo zapisano v spominu upokojencev, občine in kraja.

Urednik časopisa

UGOTOVITVE IN ZAHVALE!

Kdor bo skrbno in odgovorno prebral časopis Upokojenec, št. 17, bo lahko ugotovil veličino in pomembnost časopisa in društva, ki že veliko let, in sicer več kot 10 let delujeta v takem obsegu kot sedaj in sta se uspela v enakih obsežnostih in pomembnostih ohraniti vse do današnjih dni.

Vsem vodjem enot ali krožkov oziroma odborov in ekip želimo uspeh in ponos pri uspešnem vodenju letih. Ostanite zdravi, čili, kleni in uspešni tudi v naslednjem obdobju, ki je pred Vami. Vse to Vam želi urednik tega časopisa.

Prisrčna hvala in zahvala predsednici društva gospe Olgi Črešnar, ki ima pozitiven pogled in odnos do društvenega časopisa Upokojenec, kar nam omogoča in daje upanje, da bo časopis živel tudi v času njenega predsedovanja in bo mnogim upokojenkam in upokojencem ter občanom Občine Lovrenc na Pohorju v veselje in razvedrilo. Časopis radi vzamejo v roke tudi v mnogih krajih Slovenije, kamor časopis zahaja.

Hvala vsem dopisnikom, sponzorjem in donatorjem, da s časopisom sodelujejo. Časopis izhaja že 17 let, in to enkrat letno, običajno v mesecu decembru. Poudarjam, da takšen način obdržimo tudi v prihodnje. Pridobiti moramo še dva ali tri sponzorje oziroma donatorje, pa bo vse v redu teklo dalje.

Predsednici DU Lovrenc na Pohorju želi vse dobro pri vodenju društva urednik tega časopisa.

ZAHVALA!

Prisrčna hvala v imenu Društva upokojencev Lovrenc na Pohorju in v imenu uredniškega odbora vsem sponzorjem in donatorjem, kakor tudi vsem dopisnikom tega časopisa. Saj ravno Vi nam omogočate vsakoletno izdajo časopisa Upokojenec. Podpredsednik DU in predsednik uredniškega odbora Jožef Javornik, oec.

Hkrati Vam iz srca želimo zdravo, srečno, veselo in poslovno uspešno novo leto 2010.

Prisrčna hvala in zahvala lektorici časopisa gospe profesorici slavistike Barbari Rocek Bregar, ki nam že vrsto let lektorira časopis Upokojenec, in to zelo strokovno, dosledno in skrbno. Pa ne samo to, vse lektoriranje nam opravi brezplačno, le ob koncu lektoriranja ji v zahvalo in pozornost izročimo darilo. Globoko smo ji hvaležni za vse to in se toplo priporočamo tudi v prihodnje. Še enkrat prisrčna hvala – urednik časopisa!

Kdo si smrt?

*Smrt, kdo si,
kje svoj dom imaš?
Nekoč ga tudi meni daš,
kaj v njem imaš,
da igro to igraš?*

*Pa res zanima me, smrt,
kaj ti v svojem domu tam imaš,
da vse ljudi v njega daš,
za živali tudi prostor najdeš
in nas onkraj vse odpelješ.*

V NOVO LETO 2010 NAS NAJ POPELJE
MISEL, KI NAM PRAVI:

V TEH DNEH, KO VSEM SE KAM MUDI,
KO NAS ŽE PRAZNIKI PODIJO,
IZBERI TAKŠNE SI POTI,
KI PRAVE SE SMERI DRŽIJO!
NAJ VODIJO TE MED LJUDI,
KI TE Z DOBROTO BOGATIJO,
PRIJAZNE NJIHOVE OČI
PA OD LJUBEZNI SE ISKRIJO!

VODSTVO DRUŠTVA

Toliko

*Koliko biserov
moraš izgubiti,
da zaslutiš,
da si sam.*

*Koliko oči
mora se skaliti,
da prebudi se
v tebi sram.*

*Koliko src
mora izkrevaveti,
da duša tvoja
našla bo pristan.*

*Koliko dolga
se ti iz vesti izbriše,
ko spoznaš,
da si zlagan.*

Sanje

*Je to resnično, kar vidim, kar imam pred seboj?
Ně razlikujem več, ali je resnično, ali ni,
sem to le jaz, si tudi ti? Smo to vsi mi?
Je to resnično, ali se mi samo zdi?*

Patricija Majcen, absolventka



ROČNODELSKI KROŽEK »PIKAPOLONICA« 2008/2009

Spet sem pred zahtevno, a prijetno nalogo, da vam opišem delovanje ročnodelskega krožka v času od novembra 2008 do maja 2009.

V mesecu novembru 2008 smo se sestale v šolskih prostorih in pričele z delom. Prvo srečanje po poletnih počitnicah je bilo namenjeno delovnemu načrtu. Pogovorile smo se, kaj bomo delale. Vsako leto se odločimo za izdelek, za katerega se odloči tudi največ naših članic. Temu rečemo rdeča nit našega dela. Tako smo v pretekli sezoni za rdečo nit izbrale šivanje križcev.



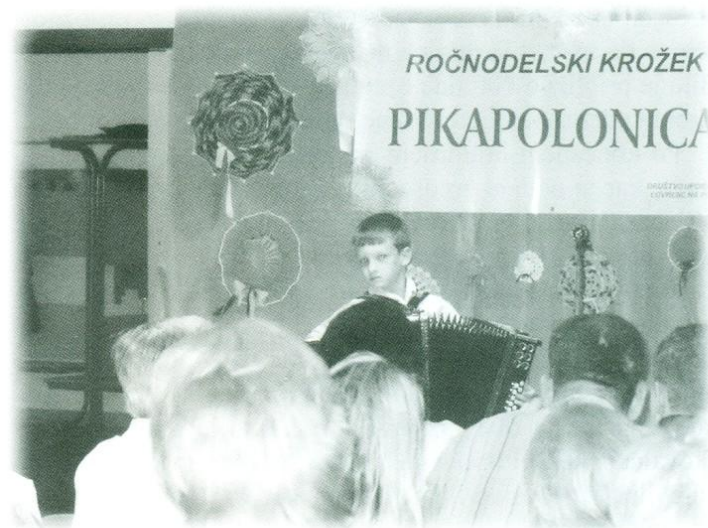
Poleg osebnih izdelkov smo skupno pripravile izdelek za »Lovrenčanko leta«, kvačkale marjetice za Turistično društvo Lovrenc na Pohorju, pripravile izdelke za velikonočni sejem in spletle dva para dokolenk za lovrenške folkloriste. Največ priprav in truda pa smo vložile v našo zaključno razstavo, ki je bila v prostorih šole, konec maja 2009. Naša razstava je bila odprta dva dneva, otvoritev razstave s kulturnim programom pa je bila v petek, 29. maja 2009. Z obiskom razstave smo bile nadvse zadovoljne. Poleg domačinov nas je obiskalo tudi precej članic sorodnih krožkov iz bližnje in daljne okolice.



Z odmevno zaključno razstavo pa našega dela še ni bilo konec. Začele smo se že pripravljati na »Jezernikove dneve«. Takrat smo pripravile razstavo »Izdelali smo doma«, na kateri so z nami razstavljali tudi Lovrenčani, kateri želijo pokazati svoje izdelke, ki so jih izdelali v prostem času. Ob »Jezernikovih dnevih« smo vodile otroško delavnico, ki je bila dobro obiskana, na njej pa smo izdelovali izdelke iz volne.

Tudi med letom smo se posvetile mladim šolarjem in jih uvajale v skrivnost šivanja. Otroci so svoje izdelke prodajali na šolskem novoletnem sejmu in tudi na velikonočnem sejmu.

Nekaterim društvom v kraju smo pomagale z našimi izdelki (prtički), ki so jih uporabili pri svojih srečelovih. Tako vsako leto poklonimo nekaj naših izdelkov društvom in cerkvi.



Prav sedaj, ko pripravljam sestavek za naš časopis, zbiramo izdelke za skupno razstavo vseh krožkov občine Ruše, ki jo pripravlja Javni sklad Republike Slovenije za kulturne dejavnosti Območna izpostava Ruše.

Nismo pa tudi pozabile na veselo plat našega druženja v krožku in smo se povesele na skupnem izletu. Obiskale smo sorodne krožke in si ogledale njihovo delo in jim tako vrnille obisk na naši razstavi.

Žal pa smo se morale posloviti od naše drage članice, kolegice Sonje Arčnik. Zelo jo pogrešamo.



Letos začnemo s krožkom že v mesecu oktobru, ker bomo pomagale z izdelki za obdaritev najstarejših občanov.

Vsem, ki nas prosijo za pomoč v obliki naših izdelkov, vedno ugodimo. Tako bo tudi v prihodnje.

Za »PIKAPOLONICE«
Milena Fornezzi

BILO JE 29. MAJA 2009

V šolski avli lovrenške osnovne šole smo se zbrali na otvoritveni razstavi Pikapolonic (ročnodelski krožek) in smo prisluhnili pozdravnemu nagovoru, ki ga je podala predsednica Društva upokojencev Lovrenc na Pohorju gospa Olga Črešnar, in po kulturnem programu, ki ga je za to priložnost pripravila in vodila tajnica društva gospa Marjana Perklič. Bilo je približno 100 udeležencev. Vzdušje med nastopajočimi in udeleženci otvoritvene razstave je bilo zelo dobro.

Po končanem kulturnem programu in po otvoritvi razstave, kar je podala predsednica krožka Pikapolonic gospa Milena Fornezzi, so Pikapolonice in zeliščarke Srčna moč ponudile navzočim pecivo in druge dobrote, pa tudi brezalkoholne pijače ter kavico. Vse to so ponudile v avli in predprostoru osnovne šole.

Pri vhodu na razstavo Pikapolonic pa so imele razstavo tudi naše zeliščarke, imenovane »Srčna moč«. Ob prihodu udeležencev na obe razstavi so zeliščarke seznanile obiskovalce z zelišči in ponudile pri vhodu vsem prihajajočim zdravilne čaje, zdravilna zelišča, namaze, napitke pa tudi zdravilne pijače.

Na začetku kulturnega programa je bila predstavljena tudi pesem, ki je za to priložnost vsebovala sedem kitic. Stavil in podal jo je podpredsednik društva Jožef Javornik in ta pesem se glasi:

Pikapolonice!

**V najlepšem mesecu pomladi smo se v šolski avli zbrali,
da bi 18. otvoritveno razstavo Pikapolonic veselo
in bučno praznovali,
vsi dobre volje smo,
ker v srcu dobro mislimo.**

**Vsa nastopajoča družba s takim ali drugačnim
programom zdaj je zbrana,
pričakujemo: z melodijami – pesmimi – humorjem
obdarovana,
čudovite točke v programu bodo izvajali
in lepe melodije nam igrali.**

**Naj se sliši pesem
in melodija naj zveni,
sliši in vidi se naj vse tisto,
kar za kulturni program so pripravili.**

**Pika, pika, pikajo,
zraven pa dobre volje so,
pridne kot čebelice,
so naše Pikapolonice.**

**Oj, ta cvetoči mesec maj,
ko običajno vse cveti,
vse dehti**

**in vse v zelenju in cvetju oživi (pa tudi lepo pripravljena
razstava Pikapolonic in zeliščark nas hrabri).**

**A na vhodu na razstavo pa naše pridne zeliščarke
(imenovane Srčna moč),
zdravilna zelišča nabirajo,
na otvoritvenih razstavah pa razna zelišča – čaje –
namaze in napitke nam prezentirajo,
poleg pa dobre volje so.**

**Hvala hvala vsem,
ki na 18. otvoritveno razstavo ste prišli,
hvala vsem skupinam in posameznikom
in našim dragim ter spoštovanim Lovrenčanom.**



Urednik časopisa: Jožef Javornik, oec.



Vse to so stvari, ki so pritegnile našo pozornost. V njih smo našli zaposlitev za naš prosti čas, možnost, da nekomu pomagamo, izgovor za sprehod po prelepih travnikih, jasah, in fratah ... in ne nazadnje izziv za učenje.

Ugotovili smo (da je res, kar so zapisali v Mariborskih lekarnah), da »Čaj ni samo naš čudežni zaveznik pri zdravljenju bolezni, da je tudi naša najbolj naravna možnost, da se odžejamo in okrepimo ali pomirimo telo.«

Kot lovrenške zeliščarke nas poznate. Pa je napačno takšno imenovanje, saj smo zeliščarji – v svoji sredi skrivamo tudi pridnega predstavnika.

Navdušili smo marsikoga - ob mnogih trenutkih.

Tudi na Turističnem društvu Lovrenc so nas spoznali in nas povabili na predstavitveni sejem v Ljubljani. Bili smo zanimivi, poučni in tudi naš Lovrenc smo dobro predstavili.

Svoje izdelke smo ponudili na Velikonočnem sejmu v kraju, na prireditvi »Šport – špas treh generacij« na OŠ Tabor 2 v Mariboru in na splavu od Koblerjevega zaliva do Lenta, ki je bil namenjen tujim predstavnikom turizma v Mariboru.

Vse izdelke smo nabirali in sušili sami. Po čemaž smo se napotili kar v družini, saj je povpraševanje po njem že veliko.

Da smo sodelovali z domačimi društvi (30 let naše folklorne skupine, »Pikapolonice«, knjižnica, vrtec, društvo upokojencev) ni skrivnost, Jezernikovi dnevi pa so tudi za nas posebne vrste izziv. Letos smo v goste povabili g. Jožeta Kukmana iz Stične, ki je nas in naše goste do dobra seznanil samo z enim delom svojega bogatega znanja, saj na nek način nadaljuje z delom patra Ašiča. Pohvalimo pa se lahko tudi s tem, da je bil zadovoljen z našim znanjem in predstavitvijo in nam zaželel le še vztrajnosti.

Novost v naši letošnji ponudbi so mešanice čajev, ki smo jih poimenovali Možuhovi čaji. Lajšajo razne težave in bolezni, kar je zapisano na pripetih lističih. Tudi povpraševanje Lovrenčank in Lovrenčanov po njih je bilo kar precejšnje.

Naše izdelke smo z veseljem podarile tudi Tonetu Pavčku, ko je s svojo pripovedjo navdušil mnogoštevilne poslušalce in tako obogatil letošnje Jezernikove dneve.

Prve dni septembra smo namenili izobraževanju. V Botaničnem vrtu v Pivoli smo občudovali lepoto vrtnic in spoznali tudi, da so zelo dobre jedi z dodatki iz teh prečudovitih cvetov.

Svoje znanje smo prenašali tudi najmlajšim, ko so »Škratki« iz našega vrta zaključevali posebno poglavje »Zdrava prehrana«, na zelišča pa smo vse malčke navajali tudi, ko smo jih na uri pravljic pogostili z zeliščnimi namazi.

Pa ne le najmlajši, tudi za najstarejše pripravimo pogostitev, ko se ti udeležijo vsakoletnega Klepeta z županom.

Pa kostanjev piknik, božični čas ... in še in še!

Milena Pečnik, Zeliščarski krožek Srčna moč
Lovrenc na Pohorju

Čebelar

Moj oče bil je čebelar.
Imel je rad čebele.
Upokojen bil je – bil je star.
Krog njega so letele.

Posedal je na klopi
in pipo je kadil,
oziral se po nebu.
Tako je govoril:

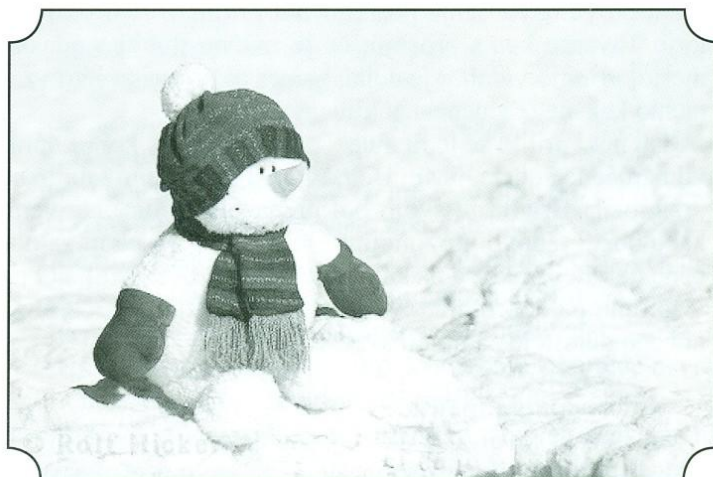
jelka spet medila bo,
zdaj brale bodo spet.
Če vreme bo ustrezalo,
imeli bomo med.

Ko pa prišla je že jesen,
nahrnil jih za zimo,
je panje odel z odejami,
dokler, da mraz bo mimo.

Tako se je ponavljalo,
dokler je on živel.
Čebelji glas je onemel,
ko v večnost je odšel.

Zdaj prazen čebelnjak stoji.
Spomini so, kot sanje.
Čebel pri nas od takrat ni –
je utihnilo brenčanje.

Avtorica Ančka Dover



LOVRENŠKE ANEKDOTE

Mnenje o ženskah

Juršnika so pogosto pikali, da ni oženjen. Skopuško se je protivil: »Baba ja je!«

Konec košnje

Pri Meršniku so fantje proti večeru na pungru kosili travo za seno. Filip jim je prinesel majhno flaško šnopsa. Sin Vojko, ki je vedel, da je oče malo skopuški, je nagajivo nagovoril prijatelje, da so ves šnops takoj spili. Od očeta pa je spet zahteval: »Ata, šnopsa!« Filip ga je prinesel. Fantje so takoj spet spili. Zgodba se je ponovila še dvakrat. Ko je Vojko četrtič zahteval šnops pa je Filip od žalosti za šnopsom dejal: »Puobi, hejajte, hejajte, se pa tak nič več ne vidi!«

Kdo je dozorel

Franc Planinšič je prišel s številnimi težavami k zdravniku Meršniku. Zdravnik je postavil diagnozo: »Dozorela sva, Franc!« Francu se je nabasalo pa so mu sorodniki zrihtali zdravniški pregled v Slovenjgradcu. Tam so ga pozdravili in ko se je vrnil, je spet šel k zdravniku. »Res sva dozorela gospod doktor, samo ne jaz, ampak vi!« mu je Franc povedal zelo resno.

Kura znese dve jajci dnevno

Vrenški Martin je pripovedoval, da je imel samo eno kuro. Jutranje jajce je pojedel pa se mu je zluštalo še enega. Polovil je kuro in jo zaprl v temen katec. Čez nekaj časa je začel zelo počasi odpirati vrata kateca, da je izgledalo, kot da znova svita. Kura je nasledla in mu je znesla še eno jajce.

Koliko ima plače

Znanec je Franca – Breznika vprašal: »V Dušiku se baje lepo zasluži, koliko pa imaš plače?« Franc mu je odgovoril: »Toliko, da mi nikoli nič ne ostane!« Ker znanec ni nehal drezati vanj, mu je razložil: »Če bi ti umrl zaradi tega, ker ne veš, kolikšna je moja plača, bi ti povedal, drugače pa je to samo moja stvar!«

Ni za delo, naj gre v šole

Francek je bil v zadnjih razredih osnovne šole, ko ga je sosed Fika navduševal, kako lepo je biti ključavničarski vajenec: kako se pili, vrta, reže, brusi itd. Mama Brigita je Francekovo navdušenje posredovala Fridlu Toreju – direktorju Tovarne kos s prošnjo, če je možno dobiti vajensko mesto. »Bomo videli,« je dejal, »sicer pa še vsako leto vzamemo kakšnega vajenca za ključavničarja.«

Ob neki priliki se je Francek zameril materi, ker ni opravičil naročenega dela. »Moj Bog, saj nisi za nobeno rabo!« se je zgrozila Brigita in svojo bol prenesla Fridlu: »Ne vem, kako boste zadovoljni z mojim Francekom, ko pa ni za nobeno delo!« »Kako se pa kaj uči?« je povprašal Fridl. »O ja, v šoli mu pa dobro gre.« »Potem ga pa v šole daj, če ni za nobeno delo!« je zaključil svetovanje Fridl.

Kam vsipati odpadke

Lovrenški lovci so v akciji čiščenja narave pobirali odpadke in jih sipali na traktor. Ko je bil poln, je šofer vpra-

šal, kam naj jih odpelje. »Dol do Pernatove žage, tam jih pa vsiplji v potok!« se je glasil odgovor nekega (šaljivega?) okoljevarstvenika.

Bergle vstran

Edita in Franc sta šla na sprehod. Edita po operaciji kolka seveda z berglami. Pred prireditvenim centrom ju je najprej opazil receptor centra: »O, gospa ima pa štiri noge!« Hišnik kulturnega doma Tone je pa pri priči pokomandiral Franca: »Bi ji pa ja ti nesel bergle, da bi gospa lažje šla!«

Koliko nog ima krava

Pri prirodoopisu so se v šoli pogovarjali o goveji živini. Učiteljica je vprašala gostilničarjevega sina Bojana koliko nog ima krava. »Osem,« ji je odvrnil. »Tepček, pojdi domov in si kravo poglej!« Bojan je odšel in se po ogledu vrnil. Da jih ima zares osem, je trdil. »Spredej sem jo pogledal, je imela štiri, potem sem jo pogledal še od zadaj, tam so bile tudi štiri, torej skupaj osem,« je zatrjeval.

Upepelitev ali pepeljenje

V nedeljo po pepelnici je g. župnik farane povabil: »Tisti, ki niste bili na pepelnico pri pepeljenju, lahko to storite danes. Vendar bom prej obhajal pevce, nato pa pridite vi, pa ne na upepelitev pač pa na pepeljenje.«

Razgled s pokopališča

Naca je veliko let prepeval v lovrenškem cerkvenem zboru. Pevci so ga začudeno večkrat vprašali, zakaj ne poje na puščavskem, če je pa faran puščavske fare. »Jaz bi rad bil pokopan na lovrenškem pokopališču,« je odgovarjal. »Zakaj pa na puščavskem ne?« so bili radovedni dalje pevski kolegi. »Ker se s puščavskega pokopališča nikamor ne vidi!« se je odrezal Naca.

Lahko jo dvigne

Alfred in šivilja Olga sta se znašla v samopostrežni trgovini pred visoko polico z mlečnimi izdelki. Olga prosi Alfreda: »Daj mi, prosim en okrogli sir z vrhnje police, jaz ne dosežem.«

Alfred pa simpatični sogovornici odvrne: »Jaz tudi ne dosežem, lahko te pa dvignem do police!«

Mačja hrana

G. župnik je v samopostrežbi kupil mačjo hrano. Na začudenje prisotnih je hudomušno pojasnil: »Formalno je za mačko, sicer pa je zame, pa tudi okusna je.« Prisotni so osupnili, nato smeh in provokativno vprašanje: »Zakaj ne kupite Wiskas, je še boljši?« »Toliko sem pa le skopuški, da mi je predrago, ofer pa tudi ni tako velik,« je odvrnil župnik.

Zakaj je v Ljubljani megla

Gosta iz Ljubljane, ki je spal pri Jelenu, je brodnik Hitl peljal čez Dravo. Ozirajoč se na (ljublansko) registrsko tablico ga je vprašal, če ve, zakaj imajo v Ljubljani tako meglo. Gost je razlagal: barje, reka, kotlina itd. Hitl pa ga je podučil, da zato, ker se je Bog, ko je Krajnca ustvaril, zgrozil in ga je pokril z meglo.

Zbral: Franc Bečan, univ. dipl. oec.

vabi člane društva na
DRUŠTVENI PIKNIK

v nedeljo, 6. 9. 2009,

ob 12. uri

pri čebelarškem domu v Lovrencu.

Postregli Vam bomo z bogračem in pijače ne bo manjkalo. Tudi zaplesali bomo, zapeli kakšno pesem in seveda ne bo manjkal niti srečolov.

Obvezna oprema je DOBRA VOLJA.

Pridružite se nam in prijateljsko poklepetajmo.
V primeru slabega vremena se piknik prestavi!

Vodstvo DU

Piknik

Tam na zeleni trati,
ob čebelarškem domu,
upokojenci smo se zbrali
in piknik veselo in bučno praznovali.

Lepo število se nas je zbralo,
pri mizah že sedimo,
drug drugemu srečo
in zdravje zaželim.

Srečolov ta presneti,
ko dobitkov vedno zmanjka,
čeprav veliko smo jih imeli
in vsakemu dobiček tudi zaželeli.

Vinček – vinček do kraja je prisoten,
bil je dober in okusen,
veliko smo ga imeli
in v dobri volji en drugemu vse dobro zaželeli.

A spomin na piknik bo ostal,
med upokojenci v spominu bo živel
in na piknik v prihodnjem letu,
prisrčno hrepenel.

Na pikniku je bilo veselo,
živahno in zabavno,
mnogo se jih je tudi zavrtele,
ob muziki veselo predvajani.

Jožef Javornik, oec.

Naše društvo že 15 let organizira letovanje v Izoli v hotelu Delfin. Hotel je lepo urejen in primeren prav za nas upokojence. Prijazni uslužbenci, dobra hrana, lepo urejene sobe, vsaka ima klimatsko napravo, TV, več notranjih bazenov, dobre masaže, zunanji bazen z morsko ogrevano vodo, urejeno plažo ob morju, vsak večer glasba s plesom, balinišče, rusko kegljanje ali samo lenarjenje na travi, v senci pod figovci, palmami, razni izleti in še in še, vse za naše dobro počutje.

Letos nas je letovalo 62 upokojencev od 24. 8. do 31. 8. 2009 in že kar nekaj let z nami letuje tudi DU Ribnica na Pohorju. Iz prvih znanstev so nastala že prava družinska prijateljstva.

Ko sem vprašala naše upokojence, kaj jim je všeč in kaj jim ni bilo všeč, so povedali sledeče.

Frančka: »Že dolgo letujem v tem hotelu. Spomnim se, da sta od začetka bila samo dva bazena v hotelu, zunanja plaža še ni bila tako urejena. Sedaj je vse bolj urejeno, zato tudi grem vsako leto, ker mi je všeč in želim si, da bi dolgo letovala v Delfinu.«

Elica: »Prvič sem letovala z našim društvom v Izoli. Najbolj mi je bila všeč družba, hrana, kopanje, skratka vse. Če mi bo zdravje še služilo, grem drugo leto zopet.«

Cvetka: »Tudi jaz sem šla prvič z našim društvom. Všeč mi je bilo, da sem imela na izbiro kopanje v morju ali bazenih. Tudi drugo leto si želim v ta hotel.«

Roman in Anica: »Že kar nekaj let obiskujeva Delfin. Lepo nama je tukaj, imeli smo lepo vreme, dobro družbo, tudi na izlet sem šla v Koper. Veseliva se že naslednje sezone.«

Mirko: »Letujem že četrto leto. Bil sem zadovoljen, užival sem v kopanju, lepem vremenu, bi ostal še kar nekaj dni več. Vidimo se drugo leto.«

Jožica: »Bilo nama je lepo, če bo zdravje, greva naslednje leto zopet.«

Marta in Jožica: »Že tretje leto letujeva z vašim društvom. Prezadovoljni sva. Nasvidenje prihodnje leto.«

Jožica z možem Tonetom: »Trinajst let že letujeva v Delfinu in sva že stara znanca. Nama je všeč in še bova šla.«

Franc z ženo Elzo: »Bila sva zadovoljna, samo ko bi še bil dostop v morje na plaži bolj urejen.«

Trezika: »Letujem že šestnajst let, počutim se odlično, dobro mi dene morski zrak, da sem vsak dan lepo postrežena z dobro hrano, vsak dan sem se kopala v notranjem bazenu, sem se bolj varno počutila, imela sem dobro družbo in kaj si še naj zaželim pri mojih letih? Zdravja in bom naslednje leto spet v Delfinu.«

Marija: »Letos je tretje leto mojega letovanja v Delfinu. Rada imam morje, uživam v kopanju, plesu vsak večer, sprehodih. Vidimo se naslednje leto.«

Pavla z možem Ivanom: »Kopala sva se v notranjih bazenih, zame je zunaj premrzla voda. Bilo nama je lepo. A drugo leto? Seveda, če bo zdravje služilo.«

Tone z ženo Olgo: »Počutila sva se dobro, kopala sva se v zunanjem in notranjem bazenu, dobra družba, lepo.«

Danica in Trezika: »Nekaj nevšečnosti sva imeli s straniščem, posteljo, vendar se je vse hitro uredilo. Drugo leto nasvidenje.«

Milka in Judita: »Bilo nama je všeč, vreme lepo, dobra hrana, družba, kopanje, vse, vse ...«

Rudi z ženo Dragico: »Bilo nama je lepo, posebno še najini vnukinji, uživali smo v kopanju, družbi, lepih sprehodih ...«

Franc z ženo Metko: »Uživala sva v kopanju, žena sicer bolj v morju, jaz v zunanjem bazenu. Prijetna družba, lepo nama je bilo.«

Marjana: »Prvič sem letovala z našim društvom. Bilo mi je lepo, topla voda, dobra hrana, klimatizirana soba, prijetna družba, prehitro je minilo.«

Jože: »Že od vsega začetka hodim v hotel Delfin in štiri-najst let sem vodil skupine upokojencev Društva upokojencev Lovrenc na Pohorju v ta hotel, bilo mi je zelo lepo. V letu 2009 smo pa bili petnajstkrat v tem hotelu kot skupina A in petnajste skupine pa nisem več vodil, ker je bilo drugače določeno. Vodila jo je tajnica društva gospa Marjana. Kaj naj povem, kot to, da čestitam gospodu direktorju hotela Branku Simonoviču in šefici recepcije ter prodaje gospe Katji in vsemu timu, da so uspeli narediti vse to, kar so in kar je, v razmeroma kratkem času – to je v času 25 let.

Pravzaprav sem pri društvu kot predsednik društva (predsednik sem bil sedemnajst let) uvedel to bivanje, ki se je vse do danes dobro obneslo. Marsikdo je lahko prišel na morje pod ugodnimi pogoji. Za morje so lahko plačevali tudi na obroke.«

Skratka imeli smo se lepo, vsi pa si želimo le zdravja, da bomo lahko v naslednji sezoni zopet uživali kot so rekli v »našem« Delfinu.

Marjana Perklič

KEGLJAŠKA EKIPA OBČAN!

Kegljaška ekipa Občan keglja pri Skačuju. Pri tej ekipi kegljam že 22 let. Kegljanje imamo vsak petek, od 19. do 21. ure. V isti ekipi keglja tudi lastnik kegljišča gospod Štefan Skačej. Okrog dvajset let je bil predsednik ekipe ali kapetan, kot kegljači temu pravijo, gospod Hrabro Pernat, univ. dipl. ing., ki je lepo, dostojno vodil to ekipo in imeli smo ga vsi radi. Sedaj pa je predsednik njegov sin gospod Dušan Pernat, univ. dipl. oec., ki tudi zelo dobro vodi ekipo in imamo ga vsi radi. V ekipi nas je okrog dvanajst.

Kadar imamo športno srečo, da nam dobro padajo keglji ali dobro zadevamo, nastane tako prijetno vzdušje, da je res čudovito. So pa tudi dnevi, ko nam kegljanje ne gre od rok, takrat smo pa bolj umirjeni in zadržani. Naš cilj v ekipi ni tekmovanje, ampak trening, da si nabiramo kondicijo in smo v družbi. V tej ekipi sem blagajnik že 21 let in rad vodim blagajno ter imam dobre kontakte z lastnikom gostišča gospodom Štefanom Skačujem.

Ko smo praznovali Štefanov rojstni dan, sem sestavil za ta primer eno pesem. Ker je bil čas, ko sem pesem napisal in ko sem jo želel povedati, brez papirja v roki, prekratek, se mi ni posrečilo in sem na sredini pesmi obstal; kegljači so

mi pa dejali: »Jože ne muči se.« Ker se mi je zgodilo tako, kot sem povedal, zato sem se odločil, da v časopisu Upokojenec št. 17 objavim to pesem. Vsem kegljačem v ekipi Občan pa želim vse dobro in še mnogo zdravih in srečnih let. Ostanite mi vsi zdravi in čili.

Pesem se pa glasi:

Dragi Štefan Skačej!

*Ko naš dragi Štefan Skačej rojstni dan in prvi maj praznuje,
nas vse v ekipi Občan obdaruje,
dobrota Tvoja,
v Tvojem srcu naj domuje.*

*Štefan, iz srca želimo v ekipi mi Ti vsi,
da bi še na mnoga leta zdrav, vesel in čil med nami bil,
čvrsto kroglo na stezo bi polagal,
ki zadevala kot doslej bi svoj cilj.*

*Hvala Štefan Ti stoterokrat,
za vse, kar si nam pripravil,
naj barka Tvojega življenja mirno teče,
kot se v pravem smislu besede
temu reče.*

*Virus H1 N1 Evropi neizprosno
se približuje,
saj na evropskih tleh že domuje,
pravijo za Slovenijo še preplaha
ni,
zatorej dokler smo še zdravi –
nazdravimo si vsi.*

Jožef Javornik, oec.



PISMA BRALCEV

19. novembra 2009 je bila v Evropskem parlamentu Brussels Belgium finalna konferenca OSTANI AKTIVEN – BODI PROSTOVOLJEC. Iz vseh evropskih držav nas je bilo zbranih 128 prostovoljcev. Kot opazovalci so bili tudi iz Cipra in Nigerije. Nekaj ključnih točk iz konference:

- zakaj je prostovoljstvo pomembno za EU,
 - izzivi in možnosti za starajočo se evropsko družbo,
 - pobude, ovire, rešitve, rezultati, izkušnje ...,
 - pot naprej – prostovoljno delo za aktivno staranje in priporočila zakonodaje in predlogi udeležencev,
 - leto 2011 bo evropsko leto prostovoljstva,
 - leto 2012 evropsko leto aktivnega staranja.
- Slovenijo smo zastopale:
- Milena Beguš, DU Kojško,
 - Danica Kotnik, MIT Ljudska univerza Radlje,
 - Mia Novak, DK Celje,
 - Marjana Perklič, ZDUS,
 - Marjana Šmajš, DU Polzela,
 - Duši Kumer, Slovenska filantropija.

Marjana Perklič

KAJ VSE JE ČAS NAREDIL IZ NAS ...

Starejši smo tisti, ki smo s svojim delom, znanjem in tudi marsikdaj z odrekanjem prispevali k temu, da je Slovenija danes moderna, gospodarsko razvita, demokratična in samostojna država, ki se lahko enakopravno vključuje v gospodarske in svetovne integracije. Vseh, ki prejemamo pokojnine, zaslužene s preteklim delom, je okrog petsto tisoč in si delimo usodo z zaposlenimi, saj so usklajevanja pokojnin odvisna od gibanja plač.

Sodelovanje upokojencev z vlado kaže, da smo ji postali enakovreden partner, ki ga je zaradi preteklih izkušenj vredno poslušati in upoštevati. Povedati moramo, da kljub temu, da formalno nismo zaposleni, še vedno v veliki meri prispevamo k razvoju družbe: ne pozabimo na pomoč mlajšim organizacijam, pomoč pri varstvu vnukov, gospodinj-skih opravilih, pomoč mladim pri reševanju stanovanjskih težav, prostovoljno delo v dobrotelčnih organizacijah in podobno. Ocene, kolikšen je delež vsega naštetega, trenutno ni, je pa delež vsekakor velik.

Ko sledimo javnosti in strokovnjakom, odkrijemo, da so vprašanja starejših čedalje bolj v ospredju. V zadnjih letih se je v Evropi pojavila množica naslovov in raziskav o starejših, kajti starejši so naša prihodnost in prihodnost je dobro razumeti. Starejši ljudje naj bi bili modri in izkušeni. Kaj pravzaprav pomeni modrost? Pravimo, da gre za praktično inteligentnost, ki izhaja iz dolgotrajnih poglobljenih izkušenj. Starejši človek življenje opazuje, primerja in se šele nato odloča. Nemara zato pravimo, da je moder, saj nima tiste pogostne mladostne neučakanosti in odločnosti, ki izhaja iz manjšega števila izkušenj. In vendarle modrost pomeni tudi posedovati svet, v katerem je več podatkov, več znanja za odločanje. Morda je znanja o tehnologiji, predvsem o novih tehnologijah in raznih poklicnih strokovnih znanj, ki hitro napredujejo, manj, zato pa se nabere v življenju nekaterih starejših ljudi več znanja o družbenem razvoju, od odnosih med ljudmi. In tudi to je lahko podlaga modrosti. Vendar pa sleherni starejši človek ni nujno moder in vsak moder človek ni nujno starejši. V starosti je namreč modrost tudi v tem, da se znamo nekaterim stvarim odpovedati oziroma jih nadomestiti s čim drugim.

S prehodom v pokoj nas čakajo nove vloge in nove vsebine življenja, zato jih sprejmimo z optimizmom in bodimo pozorni na vse darove in sadove, s tem bomo bogastvo preteklega življenja prenesli na mladi rod. Vsak letni čas ima svojo vlogo, mi starejši se pač najlažje primerjamo z jesenjo. Jesen je bogata starka, polna lepot in darov, ki se kot plačilo pokažejo v jeseni življenja, v starosti. Mnogim ta oznaka obdobja ne zveni prijazno in pridevnik STAR jim vzbudi slabe občutke. Pa ni tako! Vzemimo jih kot darilo: kot časomer dolgega bivanja na tem svetu, kot garancijo izkušenj in modrosti, ki so se v teh letih, preverile in preizkusile, kot priznanje vzdržljivosti in čestitka, da smo vse to prestali in ostali živi in zdravi. Težko. To je že izjema. Dar!

Postali smo torej generacija, ki odhaja na zaslužen počitek, ne pokoj. Morda je beseda umirjenci boljša kot upokojenci, ker je mir v taki dobi prijaznejši kot pokoj. Tega

obdobja se nekateri bojijo, drugi se ga veselijo, mladi pa ga vidijo še predaleč, zato o tem malo razmišljajo. Verjetno pa si želijo le-tega, kar imamo mi sedaj največ: ČASA. Torej imamo 24 ur na dan. Pa jih znamo užiti? Ta čas lahko postane zelo dolg, če si ga ne obogatimo sami. Samo čakati, da mine, ni pametno! Kdor hoče živeti in obogatiti čas zrelosti, lahko najde nekaj zase. Prisluhni mora skritim željam in darovom in srečen pričakovati nove izzive. Vredno se je družiti s sebi enako čutečimi ljudmi in si z njimi deliti izkušnje. Sami si krojimo starost, zato odprimo oči, srca in dušo ter zadihajmo s polnimi pljuči. Če nam bo dolgčas, smo krivi samim. A nam ne sme biti! Zaradi nas samih. Tudi zaradi tistih, ki še delajo. Njim je treba pokazati, kaj jih čaka, zakaj morajo še delati, čemu je lahko čakati na upokojitev, se je veseliti in se nanjo pripravljati počasi.

Mi smo jo dočakali, dočakali smo svoje umirjeno obdobje. Zdaj se veselimo in uživajmo v vsem, kar nam ta čas prinaša in daje.

Ana Mithans, predsednica DU Ribnica na Pohorju

ZA DOBRO VOLJO

Kaj bi se zgodilo, če bi se vlada naenkrat znašla sredi puščave?

Prvi dan bi se čudila. Drugi dan bi imela sestanek. Tretji dan bi podražila pesek.

Mož: »Žena, dajva se igrati Big Brotherja.«

Žena: »No, pa dajva.«

Mož: »Govori ti Big Brother. Imaš dve minuti časa, da zapustiš hišo.«

Se prepirata mož in žena, pa pravi žena:

»Ves denar zapraviš v gostilni!«

»Ti pa vsega za šminke!«

»Ja, ampak jaz se šminkam, da bi bila lepša.«

»Saj jaz tudi pijem, da bi te videl lepšo ...«

Družinski pogovor.

»Draga, kaj ko bi si privoščila en lep vikend ...«

»Prav imaš. Dajva si ga.«

»No, prav. Potem pa se vidiva v ponedeljek.«

Mali Miha je v gneči izgubil svojo mamo. Ko je končno srečal policista, ga je vprašal:

»Ali ste mogoče videli kakšno mamo brez mene?«

»Ali ti verjameš, da je bil človek lahko v prejšnjem življenju žival?«

»To je pa traparija! To sploh ni mogoče!«

»Jaz pa verjamem! Nekoč sem bil osel.«

»Kdaj?«

»Ko sem ti posodil denar.«

DRUŠTVENI PIKNIK 2009

Tudi letošnji piknik našega društva je minil ob lepem, toplem vremenu in številni udeležbi naših članov. Lovrenški čebelarji so nam prijazno odstopili svoj čebelarski dom, tako kot vsako leto. Naša upokojenka gospa Tončka Sgerm

in njena družina so nam odlično pripravili okusen bograč, seveda z dobro domačo kapljico. Za glasbo je poskrbel Prapertnikov Lojzek in kar hitro so se ojunačili prvi plesalci, plesišče je bilo kmalu polno. Tudi naš župan se nam je pridružil v kolesarski opremi, rekel je, da je bil na kolesarskem »obhodu« po naši občini.

Pripravili smo srečolov z bogatimi dobitki in vsaka srečka je zadela. Zato gre zahvala predsednici gospe Olgi in vsem našim članom pri pridobivanju dobitkov, posebno še naši mladi prostovoljki Tadeji Grilč.

Ob zaključku piknika smo se dogovorili, da se bomo drugo leto spet srečali.

OB 60-LETNICI NAŠEGA DRUŠTVA

Po letu 1945 so ustanovili društvo upokojencev, saj so se vsa bivša društva železničarjev, orožnikov, učiteljev, poštnih uslužbencev itd. združila v enotno društvo upokojencev. Leta 1947 je izšel zakon o socialnem zavarovanju, kateri je priznaval vsem delavcem pod gotovimi delovnimi pogoji pravico do starostne pokojnine.

4. decembra 1949 je bila v Lovrencu na Pohorju ustanovljena podružnica upokojencev, katera je štela 46 članov. V posmrtninski ustanovi 8 članov. Prvi predsednik podružnice je bil Matevž Goznik, podpredsednik Ivan Sračnik, tajnik Ferdo Iglar, blagajnik Florjan Habit.

16. 11. 1975 so podružnico ukinili, ustanovili so samostojno društvo pod imenom DRUŠTVO UPOKOJENCEV LOVRENC NA POHORJU. Društvo so združili v občinsko zvezo in nato v republiško zvezo društev upokojencev.

Leta 1979 je društvo dobilo svoje prve pisarniške prostore in opremo.

V letu 2000, meseca maja, se je društvo iz dotedanjih prostorov preselilo v večje, svetlejše, to je v Kulturni dom.

Tako letos naše društvo praznuje šestdeset let uspešnega dela. Člani upravnega odbora, vodje raznih sekcij – krožkov vsako leto na občnem zboru prikažemo naše delo, prav tako tudi v našem letnem časopisu UPOKOJENEC.

V počastitev te obletnice bo svečana seja upravnega odbora s povabljenimi gosti v mesecu decembru 2009.

V letu 2008 ...

- je društvo štelo 453 članov;
- od tega 182 moških in 271 žensk;
- naše vrste je zapustilo 15 članov;
- na novo se je včlanilo 15 članov;
- v marcu je bil volilni občni zbor društva, nova predsednica je gospa Olga Črešnar;
- od ZDUSA smo pridobili finančna sredstva za nakup pisarniškega pohištva.

Marjana Perklič

EKONOMSKO-PRAVNI KOTIČEK

1. VARSTVENI DODATEK

Za varstveni dodatek lahko zaprosi upokojenec/ka, če pokojnina oziroma mejni znesek ne presega 436,98 EUR na mesec, cenzus pa ne sme presegati 422,20 evrov na mesec na družinskega člana ali letno na družinskega člana 5066,40 evrov.

2. POGREBNI STROŠKI

se poravnajo do zneska 507,12 evrov, vendar je potrebno predložiti ustrezne račune.

Če pa naš državljan umre v tujini in ga pripeljejo v domovino, moramo poravnati pogrebne stroške do zneska 760,68 EUR.

3. POSMRTNINA

znaša 237,73 EUR in pripada zakoncu, ki ni bil samostojno zavarovan.

PRAVICA DO POSMRTNINE

kot enkratne denarne pomoči imajo družinski člani umrlega zavarovanca, ki jih je ta preživel do svoje smrti. To velja v primeru, ko je umrl zavarovanec preživel upravičenca, če je bil ta zavarovan po njem kot družinski član. Drugi upravičenci morajo pravico do posmrtnine izkazati z ustreznimi listinami. Pravico do posmrtnine imajo ožji družinski člani umrlega zavarovanca, ki je bil nosilec zavarovanja najmanj en mesec neposredno pred smrtjo ali najmanj šest mesecev v zadnjih treh letih.

UVELJAVLJANJE PRAVICE DO POSMRTNINE

Upravičenec pisno vlogo za izplačilo posmrtnine vloži pri katerikoli območni enoti oziroma izpostavi ZZZS (Zavodu za zdravstveno zavarovanje Slovenije) ali pri svojem delodajalcu. Pisni vlogi je potrebno priložiti dokazilo o smrti zavarovane osebe ter v primeru, da upravičenec ni bil zavarovan po umrli zavarovani osebi, tudi druge listine, na podlagi katerih je izkazano, da ga je umrl dejansko preživeljal.

Jožef Javornik, oec.

SLOVO OD DELFINA



Pred odhodom iz Izole in hotela Delfin smo se fotografirali. Bilo je na dan 31. avgusta 2009. Čas bivanja v hotelu Delfin pa je bil od 24. do 31. avgusta 2009. Vse dni smo imeli lepo čudovito vreme. Vsak dan smo bili na obali, ki pripada hotelu, ali pa v bazenih. Morje je imelo od 26° C do 28° C. Za kopanje in plavanje je bilo čudovito. Ohranili

bomo lep spomin na hotel Delfin in na prijazno osebje tega hotela, pa tudi na sposobno vodstvo hotela.

Če nam bo zdravje dopuščalo in bo tudi vse v redu, se prihodnje leto (leto 2010) spet vidimo! Adijo!



Ribničani iz Ribnice na Pohorju

Skupina B: to so bili Ribničani na odhodu iz hotela Delfin, dne 31. avgust 2009. Odhajali so iz Izole, kakšno uro pozneje kot Lovrenčani v skupini A. Na Trojanah, kjer smo imeli skupno kosilo, so nas pa dohiteli. Kosilo je bilo obilno, dobro in zelo okusno, osebje pa zelo prijazno. Po kosilu je vsaka skupina malo posedela ob kozarcu pijače, potem pa odšla v svoji smeri proti domu. Ko pa prideš domov, pa si rad sam pri sebi rečeš: »Zelo lepo je bilo, a najlepše je pač doma.«

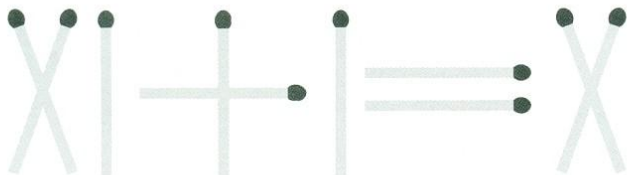
Že več let skupno hodimo na morje, saj sami začetki segajo precej več kot deset let nazaj. Dobro se razumemo in bivanje ob morju in dogajanja nam vsem (tako skupini A in B) prija in ostanejo v zelo lepem spominu.

Tudi lep in nepozaben spomin v življenju veliko pomenita!

Urednik časopisa

KRIŽANKE

1. RIMSKE ŠTEVILKE



Uredi račun tako, da bo enačaj odigral svojo vlogo – ne da bi katerikoli znak premaknil ali spremenil.

2. ZDRUŽENKA

ŠPORTNICA	Sladkovodna roparska riba	Noetova barka

V prazna polja vpišite pojme, ki jih zahtevajo opisi, združite jih in preberite!

3. SESTAVITE PREGOVOR

Premešajte črkovne skupine in jih v pravilnem vrstnem redu vpišite na črto, sestavite smiselne besede in prebrali boste šaljivo misel o starosti. (Misel se konča s črko **a**, začne pa z veliko začetnico.)

kosv čkot stara jove, aveš, Dase torta ečes šsez tane

4. DIGITALNE ŠTEVILKE



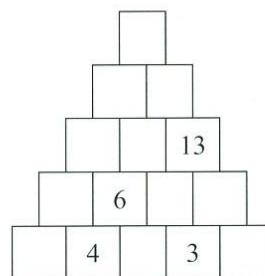
Uredite račun tako, da premaknete le eno vžigalico!

5. SESTAVITE MISEL

m	a	i	c	a	r	e
s	b	ž	l	e	v	i
L			j			e
	n			a		
		a			ž	

Ustrezne črke iz zgornjega dela, ki so urejene po abecedi, prenesite v spodnji lik, da boste z že vpisanimi črkami prebrali neko misel.

6. SEŠTEVALNA PIRAMIDA



V osnovni vrstici so vse številke od 1 do 5. Dve sosednji številki (števíli) seštejte in vsoto napišite v polje nad njima.

Postopek ponavljajte do vrha piramide. Vpisane številke (števila) naj vam bodo v pomoč.

7. ZDRUŽENKA

Cestno-prometni objekt →	Dolina na Avstrijskem Koroškem			Kaj dela iskalec?		
	K					

V prazna polja vpišite pojme, ki jih zahtevata opisa, in prebrali boste ime za sodoben cestno-prometni objekt.

8. VSTAVITE ČRKOVNE PARE

N			L	E			E
J			R	E			D
E			T	I			I
S			M	K			I
			D	A			

Črkovne pare, ki so urejeni po abecednem redu, pravilno vpišite v prazna polja in prebrali boste misel našega sokrajana g. Ivana Pšajda. Debelejše črte ločijo posamezne besede.

A	J	Č	O	E	S	I	T	J	E
L	I	J	O	P	Š	S	T	T	I

9. MINI SUDOKU

2					
3	1		2		4
			3	6	
					5
4		2			1
	3	4			

Prazna polja izpolnite s števkami od 1 do 6 tako, da bo v vsaki vrstici, v vsakem stolpcu in v vsakem manjšem kvadratu, omejenem z debelejšimi črtami, vsaka izmed navedenih števil zastopana natanko enkrat.



Na Rdečem bregu

**Na vrhu Rdečega brega
zvon zazvoni.**

Sveti Ignacij vabi ljudi.

Mu težave potožiš,

kak novčič položiš,

ker cerkev je stara –

po obnovi kriči.

**Zgodba šla je iz roda v rod,
da Turki pustošili tu so nekoč.**

**Ljudi so morili,
vse vredno uplenili
in mlade odgnali so proč.**

**Mogočna tu lipa stoji.
Še vedno živi, zeleni ...
Legenda pa pravi tako,
da to je spominsko drevo.**

**Bila je vsajena,
med nami živi,
odkar so plenilci odšli.**

Ančka Dover

Pesem – JURE

Pesem posvečena kegljaču Juretu!

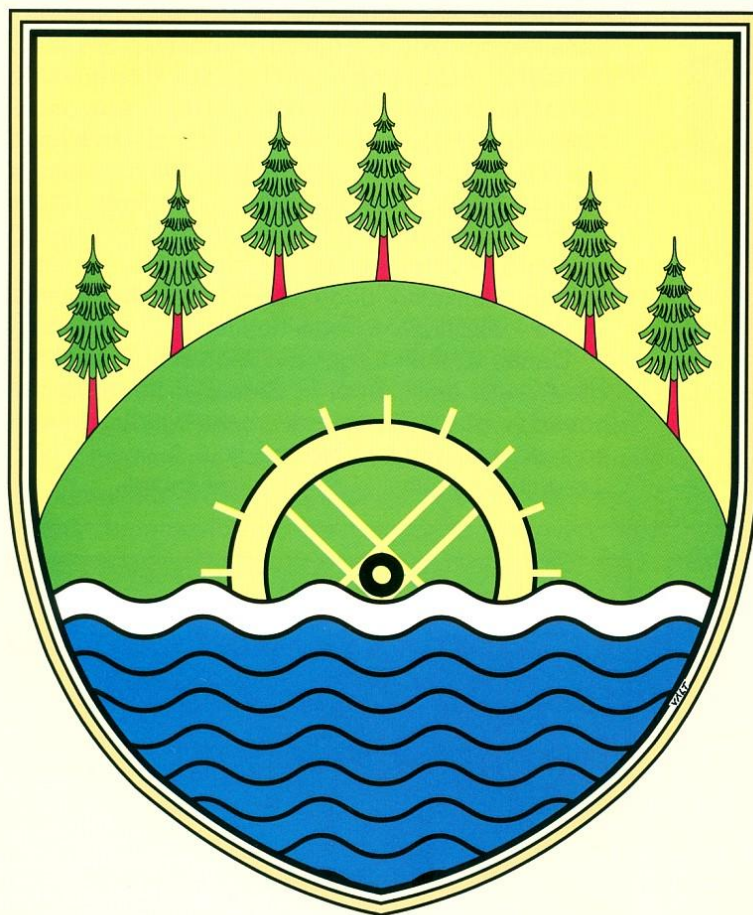
Jure, ko rojstni dan slaviš,
želimo Ti, da ga dobro počastiš,
naj Ti sonce sreče vedno sije
in jo oblak nikdar ne prekrije.

Jure, Tvoje misli ne mirujejo,
vedno nove športne rezultate kujejo,
če sonček posije in lep je dan,
športni rezultat kar prihaja na dan.

Čeprav krogla je okrogla,
in včasih gre po svoje,
zato želimo Ti, da kroglo čvrsto na stezo
bi polagal,
ki zadevala bi zaželeni cilj.

Jure, ko z veselim kegljanjem drugim veselje
v srca vlivaš,
pa tudi sam srečo uživaš,
želimo Ti dosti kegljaških uspehov še vnaprej
in mnoge uspešne treninge kot doslej.

Jožef Javornik, oec.



**Občina
Lovrenc na Pohorju**
želi občanom uspešno delo
in veliko zdravja in sreče
v novem letu 2010!



d.o.o.
2344 Lovrenc na Pohorju
Spodnji trg 53
www.sgdstrdindoo.si
tel.: 02/675-07-10, fax: 02/675-07-11

DEVETNAJST LET

in več milijonov m² izvedenih podov
doma in v tujini

Poslovna enota Miklavška 69
2311 Hoče
tel.: 02/616-18-88, fax: 02/616-18-87

IZDELUJEMO:

- cementne estrihe
- cementno vezane industrijske pode
- epoksidne in poliuretanske ind. pode
- tiskane betone

Spoštovani gospod Miloš Strdin!

Hvala Vam za vse, kar ste nam namenili
ob reklamnem oglasu. Želimo Vam veli-
ko poslovnih uspehov, zdravja, sreče in
zadovoljstva ter vse lepo v novem letu
2010.

Uredniški odbor



ZASEBNA AMBULANTA
splošne medicine

Franc BEIGOT, dr. med.
specialist splošne medicine

Slovenski trg 4, 2352 Selnica ob Dravi
tel.: 02/671-04-11, fax: 02/671-04-10
e-pošta: amb.selnica@siol.net



KAGER® HIŠA d.o.o.
2251 Ptuj, Ob Dravi 4a, Slovenija

Friderik Kager, univ. dipl. ing. gradb.

Tel.: +386 (0)2 788 93 10
Fax: +386 (0)2 788 93 20
e-mail: friderik.kager@kager-hisa.si
Auto: +386 (0)41 618 633
www.kager-hisa.si

Podjetje Kager hiša je nastalo leta 1989 na Ptuju. Začeli so oprezno in z malim. Potrditev pionirskega dela so najprej doživeli na tujem trgu, na katerem so bila že jasno izoblikovana merila. Začetni uspehi so podjetju vili samozavest. Nenehno so iskali nove izzive, se na njih učili, kalili in postajali čedalje boljši, pa tudi drznejši.

Hiše Kager so lahko velike ali majhne, načrtovane za tri generacije ali za eno samo. So minimalistične hiše ali vile v belem. Izrazito elegantne, osupljivo preproste, rustikalno podeželske, avtorsko kreativne, a vedno – ekskluzivno individualne in ekonomične.

Danes v hišah Kager živi več kot 500 družin v Nemčiji, Avstriji, Italiji, Švici in Sloveniji. In četudi vse hiše povezuje ista vizija, je prav vsaka zgodba zase. Vsako so zasnovali drugače, po želji ljudi, ki sedaj v njih živijo, v sožitju s sanjami, ki so jih takrat sanjali.

Predelava lesa ŠUMER s.p.



Kovaška cesta 60, 2344 Lovrenc na Pohorju
Telefon: 02/671-95-83, GSM: 041/731-548
Fax: 02/671-95-84, e-pošta: sumer@siol.net

Nudimo vam izdelavo in montažo stenskih oblog, ostrešij ter lesne embalaže (zaboji za jabolka, palete).

Cenjenim kupcem želimo veliko uspeha in sreče v novem letu 2010!

cvetličarna & papirnica LauRena

Gornji trg 25, Lovrenc na Pohorju

telefon: 02/675-22-07

gsm: 051/602-890

delovni čas:

ponedeljek–petek: 8.00–19.00

sobota: 8.00–13.00

e-mail: laurena@email.si



GOZDNO GOSPODARSTVO MARIBOR, d.d.

Tyrševa ulica 15, 2000 MARIBOR

Tel.: (02) 234-13-11, faks: (02) 234-13-34, e-naslov: ggmb@gg-mb.si

s svojimi organizacijskimi enotami:

Gozdni obrat MARIBOR

Limbuško nabrežje 15
2341 Limbuš
Tel.: (02) 480-31-00
Faks: (02) 480-31-12

Gozdni obrat LOVRENC NA POHORJU

Sp. trg 66
2344 Lovrenc na Pohorju
Tel.: (02) 630-02-00
Faks: (02) 630-02-04

Gozdni obrat SLOVENSKA BISTRICA

Kolodvorska 35b
2310 Slovenska Bistrica
Tel.: (02) 805-15-00
Faks: (02) 805-15-04

Gozdni obrat PTUJ

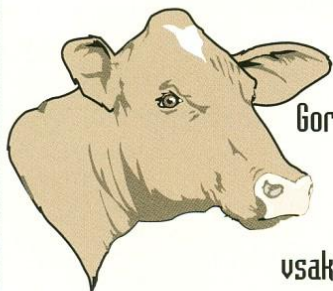
Rogozniška c. 12
2250 Ptuj
Tel.: (02) 798-04-00
Faks: (02) 798-04-04

- odkupuje in prodaja obli les,
- izvaja gozdarska dela v državnih gozdovih severovzhodne Slovenije,
- na željo lastnikov gozdov izvaja storitve tudi v njihovih gozdovih,
- gradi in vzdržuje gozdne komunikacije in druge objekte,
- vzdržuje gozdarsko mehanizacijo.

GLASILO LOVRENŠKI UPOKOJENEC IZDAJA:

DU Lovrenc na Pohorju, urednik Jožef Javornik, oec., lektorica Barbara Rocek Bregar, prof. slavistike
članica uredniškega odbora Patricija Majcen, absolventka. Založba: DU Lovrenc na Pohorju. Za založbo in pripravo za tisk Jožef Javornik.
Tisk: Dravska tiskarna Maribor. Naklada: 500 izvodov, december 2009.

MESARIJA JAVORNIK



Gornji trg 40, Lovrenc na Pohorju
Telefon: 02/675-14-71

Odpiralni čas:
vsak dan od 8. do 13. ure in v sredo
ter petek od 15. do 17. ure

Nudimo vse vrste mesa in mesnih izdelkov.

Od specialitet pa:

- domače pohorske klobase – sočne, okusne in dobre,
- prekajeno meso po klasični metodi (z uporabo bukovih drv),
- pohorska zaseka – sočna, okusna in dobra.

Cenjenim kupcem – strankam želimo vesele božične praznike in veliko uspehov, sreče in zdravja v novem letu 2010.

Direktorica Mojca Osovnikar

RADA KOZIKAR
Spodnji trg 2, Lovrenc na Pohorju
tel.: 02/675-45-01 (doma)

MOŠKO
IN ŽENSKO
FRIZERSTVO

Vsem strankam želim vesele božične praznike
in srečno novo leto 2010.



Manfreda s. p.

Transportno podjetje
v domačem in mednarodnem prometu

Kovaška cesta 22, Lovrenc na Pohorju
Telefon: 02/675-22-31, Fax: 02/675-22-30

Priporočamo se za uspešno sodelovanje.
Vsem poslovnim partnerjem in sodelavcem
želimo srečno in uspešno novo leto 2010.

OPA
PREMOŽENJSKO ZAVAROVANJE
S POSREDOVANJE IN PRAVNO ASISTENCO
NA NOVO VREDNOST



Odločite se za OPA!, edino premoženjsko zavarovanje z dodano osebno in pravno asistenco ter asistenco doma. Ob izbiri zavarovanja na novo vrednost si namreč zagotovite zamenjavo poškodovane ali uničene stvari z novo in dva nasveta letno pri odvetniku – na katero koli temo!

ZAVARUJTE
SVOJE PREMOŽENJE
NA NOVO VREDNOST!

ZM
ZAVAROVALNICA MARIBOR

080 19 20 • www.ZavarovalnicaMaribor.si

Katka
zavarovalna agencija
Dušan FORNEZZI, univ. dipl. ing.

Spodnji trg 19, 2344 Lovrenc na Pohorju
fax: 02/675-70-60, GSM: 041/705-470

VSEM SREČNO 2010

GLASILU SREČNO NA POT!

Urednik: Jožef Javornik, ekonomist

Vrtna ulica 8
2344 Lovrenc na Pohorju
Tel.: 02/675-28-71



BREZSKRIBNO V NAJLEPŠIH LETIH!

Čas po upokojitvi je namenjen vsem željam, ki so doslej bile skrite.

Še posebej enostavno jih lahko uresničite s Paketom Upokojenci, saj ta ponuja:

- brezplačno odprtje osebnega računa s plačilno kartico **Activa Maestro**,
- **Mini kredit** za zdravje in oddih **do 3.000 EUR** in do **36 mesecev** po ugodnejši obrestni meri tudi za starejše od 75 let (ob zapadlosti kredita upokojenec ne sme biti starejši od 80 let),
- darilo 25 EUR ob sklenitvi **Rentnega varčevanja**,
- brezplačni pristop k **Bank@Netu**,
- pridobitev **identifikacijske kartice** za opravljanje transakcij preko Bank@Neta po polovični ceni in
- številne druge ugodnosti.

Sklenite svoj Paket Upokojenci v najbližji poslovalnici Nove KBM.



Nova KBM

Tisoč zgodb, ena banka.



080 17 50

www.nkbm.si