



# POD KLOBUKOM

Št. 21

GLASILO DOMA STAREJŠIH OBČANOV  
LJUBLJANA VIČ - RUDNIK, ENOTA BOKALCE

Oktober 2021



**Dom ni samo hiša,  
dom smo ljudje.**



## UVODNO RAZMIŠLJANJE

*Ohrani mirno glavo, ko je težko,  
saj težko obdobje vedno enkrat mine.*

*Ko hodiš, pojdi zmeraj do konca.*

*Spomladi do rožne cvetice,*

*poleti do zrele pšenice,*

*jeseni do polne police,*

*pozimi do snežne kraljice,*

*v knjigi do zadnje vrstice,*

*v življenju do prave resnice,*

*v sebi do rdečice čez eno in drugo lice.*

*A če ne prideš ne prvič ne drugič*

*do krova in pravega kova,*

*poskusi:*

*vnovič*

*in zopet*

*in znova.*

*(Tone Pavček)*

**Tudi tokratna številka bokalškega glasila Pod klobukom je zaznamovana z aktivnostmi zaradi koronavirusne bolezni, ki nas je z drugim valom v jeseni preteklega leta ponovno postavila pred nove izzive ter od vseh nas zahtevala spremenjen način življenja in ravnanja.**

V Domu smo bili na dogajanje v jeseni v primerjavi s pomladjo bolje pripravljeni. Strokovnjaki so že dognali določena spoznanja o virusu ter pospešeno pripravljali vse potrebno za cepljenje, imeli smo oblikovan krizni načrt za primer ponovne okužbe, imeli smo zaloge potrebne zaščitne opreme, ozavestili smo samozaščitno ravnanje (nošnja obraznih mask, vzdrževanje razdalje, razkuževanje, neprihod na delo v

primeru visoko rizičnega stika, testiranje zaposlenih in zunanjih sodelavcev, cepljenje). Pa vendar smo ob slabšanju epidemiološke slike v okolju kljub upoštevanju vseh predpisanih varnostnih ukrepov za preprečitev in širjenje okužbe 4. 11. 2020 zabeležili prvi primer okužbe v drugem valu tudi v našem Domu. Pred nami sta bila dva meseca negotovosti, dela v izjemno težkih pogojih, zaprtja Doma za obiske, lajšanja tako stisk stanovalcev kot svojcev in zaposlenih. Naša dejanja in misli so se v tem času usmerili v vsakodnevno zagotavljanje storitev oskrbe in zdravstvene nege stanovalcem, pridobivanje dodatnega kadra za delo, omogočanje stikov s stanovalci, medsebojno usklajevanje obveznosti, obveščanje vseh deležnikov, izvajanja individualnih aktivnosti za stanovalce, lajšanja stisk stanovalcev ... Za stanovalce, njihove svojce in zaposlene je bilo to težko obdobje. Pomembno je bilo, da smo v okviru vsakodnevnih kriznih sestankov dnevno razdelili naloge, usklajevali procese, razreševali dileme, se pogovarjali o stiskah, načrtovali delo, si zaupali in nudili oporo, se veselili vsakega negativnega izvida in bili žalostni ob vsakem pozitivnem. Zmogli smo, ker nam je mar za stanovalce, ki smo jim bili negovalci, zaupniki, kurirji. Naše dobro delo je potrdil tudi izredni nadzor Zbornice – Zveze nad izvajanjem zdravstvene dejavnosti v našem Domu, saj je bila njegova glavna ugotovitev, da sta bila organizacija dela ter upoštevanje navodil in priporočil v času epidemije



glede na okoliščine dobra in da je oskrba uporabnikov potekala v primerljivem obsegu kot pred in po epidemiji. Prav tako se lahko pohvalimo z obnovljenim certifikatom kakovosti po modelu E-Qalin, saj smo novembra uspešno prestali dvodnevno presojo kakovosti. Bravo, vodja kakovosti mag. Barbara Purkart ter vse sodelavke in sodelavci.

V času epidemije smo v Domu pogrešali več posluha zdravstvene stroke za reševanje izzivov umika prvih okuženih stanovalcev iz Doma, intervizijo za sodelavce v smislu nudenja opore in lajšanja stisk ter zbir enotnih navodil za ravnanje v primeru koronavirusne bolezni. Pogrešali smo tudi osebne stike med sodelavci, saj smo večino sestankov izvedli preko video povezav in na varni razdalji, največkrat kar na zunanjih površinah

Doma. Vedno nismo znali odgovoriti na postavljena vprašanja, saj je virus zelo nepredvidljiv. Smo pa vseskozi iskali možnosti, kako stanovalcem kljub zaprtju Doma narediti bivanje čim bolj prijetno tudi z vzpostavljanjem stikov s svojci preko video klicev, sprehodi stanovalcev na svežem zraku, kuhanjem kave, preskrbo z drobnimi potrebščinami in zagotavljanjem raznovrstne prehrane. Svojcem smo se trudili podati čim več informacij v zvezi z življenjem in delom v našem Domu ter informacij, ki so se nanašale na počutje posameznih stanovalcev. Obvestila smo objavljali na spletni strani in Facebook profilu, občasno pa smo svojce obveščali tudi po telefonu in elektronski pošti. Kljub covidu-19 smo stanovalcem zagotavljali kakovostne storitve v duhu spoštovanja, prijaznosti, strokovnosti, srčnosti, etičnosti in dobronamernosti.

V začetku leta smo po cepljenju stanovalcev in zaposlenih pričeli z načrtovanjem aktivnosti, ki so vodile k postopnemu vračanju v življenje in k načinu dela, kot smo ju bili vajeni pred epidemijo. Tako smo konec februarja prenehali z naročanjem svojcev na obiske, s pomladjo smo pričeli z organiziranjem aktivnosti za stanovalce po sistemu preboleli, cepljeni, testirani (PCT), do sredine junija smo z namestitvami zapolnili prazna mesta, ki so nastala zaradi nesprejemanja stanovalcev v času epidemije,

izvajati pa smo pričeli tudi vzdrževalna in investicijska dela, ki jih v preteklem letu zaradi epidemije nismo mogli izvesti. Zaposleni zaradi zaščite stanovalcev pri svojem delu še vedno nosimo zaščitne maske, se redno testiramo in izvajamo druge predpisane varovalne ukrepe.

V preteklem letu smo spoznali, da imamo zaposleni tudi veliko notranje moči in virov, iz katerih smo črpali energijo za delo. Ponosni smo na sodelovanje in timsko delo, na to, da smo poprijeli za vsakršno delo in da smo bili bolj suvereni zaradi izkušenj iz prvega vala. Nudili smo si oporo, iz dneva v dan načrtovali majhne korake, jih preverjali in naposled premagali epidemijo.

V prihodnjih letih nas čaka še veliko izzivov. Največji bo, da se z virusom naučimo živeti in ga sprejmemo kot del vsakdana ter na ta način tudi ravnamo v odnosih tako do stanovalcev kot svojcev in sodelavcev. Da ohranimo dostojanstvo in stike stanovalcem omogočimo na varen in človeški ter sprejemljiv način. Da ponovno ozavestimo, da je Dom njihov dom, v katerem si želimo, da se počutijo varne in sprejete. V prihodnosti pa nas vsekakor čakajo tudi mnoge strateške odločitve (predvsem glede adaptiranja stare stavbe), pa tudi dnevno usklajevanje delovnih procesov, zagotavljanje zadostnega števila kadra za izvajanje storitev in vpeljevanje novih vsebin v delo s stanovalci. V naslednjih

letih bomo pozornost usmerjali v ponovno normalizacijo življenja z upoštevanjem varnostnih ukrepov, vpeljavo novih tehnologij v delo v Domu, širjenje pozitivnih praks, zagotavljanje zadostnega števila zaposlenih, izboljšanje komunikacijskih poti, organiziranje periodičnih izobraževanj za svojece ... O navedenih vsebinah bomo kaj napisali tudi v naslednjih številkah glasila Pod klobukom, zato vas vabim k njegovemu aktivnemu soustvarjanju.

V upanju, da sprejmemo dejstvo, da je virus postal del našega življenja, vam

želim prijetno branje, ustvarjalcem pa izrekam priznanje za izvrstno pripravljeno glasilo. Iskrena zahvala stanovalcem in svojcem za vašo potrpežljivost, razumevanje in vzpodbudne besede ter zaposlenim, da niste obupali in da smo v tej bitki zdržali do konca. Vsak od vas je bil pomemben člen v tej zgodbi, zato iskrena zahvala vsakemu od vas in vsem skupaj. Gremo skupaj naprej, dan za dnem, počasi in zagotovo.

**mag. Melita Zorec,**  
**direktorica**

## LJUDJE IN IDEJE

**V letošnji februarski številki revije Manager ste v rubriki Ljudje in ideje lahko prebrali intervju z našo direktorico Melito Zorec, magistrico menedžmenta kadrov in delovnih razmerij. Beseda je tekla o tem, kako smo prebrodili epidemijo in kako bo ta izkušnja vplivala na prihodnost bivanja v domovih za starejše. V nadaljevanju lahko preberete nekaj povzetkov iz omenjenega intervjuja.**

Dom starejših občanov Ljubljana Vič – Rudnik je z obema enotama (Bokalce in Kolezija) največja tovrstna ustanova na območju Ljubljane. Okrog 340 zaposlenih skrbi za 570 stanovalcev.

V prvem, spomladanskem valu epidemije covid-19 je bilo v Domu na Bokalcah okuženih 20 stanovalcev in trije

zaposleni. Poleti smo se pospešeno pripravljali na morebitni drugi val epidemije. Čeprav smo upoštevali vsa strokovna priporočila, v obeh enotah vzpostavili rdeči in sivi coni, pridobili ustrezne količine osebne varovalne opreme in izvedli izobraževanja o njeni uporabi, se je virus oktobra pojavil na Koleziji in novembra na Bokalcah. V jesenskem

valu je bilo v obeh enotah okuženih precej več ljudi, 313 stanovalcev in 122 zaposlenih. Stiska zaradi pomanjkanja zaposlenih je bila izjemno velika.

»Najtežji izziv je bil ob velikem številu okuženih zaposlenih zagotoviti dostojne in strokovne storitve, zaposlenim pa omogočiti ustrezen počitek. Precejšnja zmeda je bila tudi s priporočili ministrstev in NIJZ, bilo jih je veliko in spreminjala so se iz dneva v dan. Preživljali smo hude čase in zelo pomembno je bilo vodilo, da ne delamo dolgoročnih načrtov, ampak rešujemo težave vsak dan sproti in drug drugemu dajemo oporo. Spoznali smo, da smo izjemen kolektiv, da nikomur od nas ni težko poprijeti za kakršnokoli delo in da se lahko zanesemo nase in na lastne vire.«



Stiske so doživljali zaposleni in stanovalci. »Pogosto smo se z zaposlenimi pogovarjali o nevarnostih okužbe, o težkih delovnih razmerah ter o zunanjem okolju, kjer je prihajalo do odklanjanja naših sodelavcev le zato, ker delajo v

domu. To jih je prizadelo, marsikdaj so se, kot so dejali, počutili kot gobavci ... Večina stanovalcev in svojcev je sprejela epidemijo zelo resno, upoštevali so ukrepe. Ob tem pa se je potrdilo, da stanovalci močno potrebujejo redne medsebojne stike in osebne stike s svojimi najbližjimi.«

Vsi ukrepi za zaježitev širjenja okužb so vplivali na socialno in čustveno področje življenja posameznika. Pri nekaterih stanovalcih je prišlo do upada miselnih sposobnosti in zanimanja za okolico, do čustvene stiske, pojava strahu pred okužbo.

V intervjuju smo lahko prebrali, da so nam med epidemijo pomagali tudi prostovoljci ter razna podjetja z donacijami. Beseda je tekla še o poslovanju naše ustanove in o tem, kaj nas na tem področju čaka v prihodnjih letih. Na vprašanje kakšni so trendi pri sprejemu novih stanovalcev v Dom, je direktorica povedala: »Vsako leto prejemo več prošenj uporabnikov, ki potrebujejo zahtevnejšo kategorijo zdravstvene nege ali pa potrebujejo zaradi različnih oblik demence stalen nadzor... Primanjkuje pa nam kadra za socialno oskrbo in zdravstveno nego, predvsem tehnikov zdravstvene nege, bolničarjev negovalcev in oskrbovalk.«

In kako si naša direktorica predstavlja bivanje v DSO leta 2030? »Želim si, da



domovi čez 10 let ne bi bili zgolj negovalne bolnišnice, ampak sodobni medgeneracijski centri z različnimi oblikami storitev. Nujno potrebujemo zakon o dolgotrajni oskrbi, ki bo za starostnike in druge tovrstne skupine, ki potrebujejo pomoč, uredil financiranje kot enakopraven dostop do storitev ter okrepil

alternativne oblike varnega bivanja starostnikov.«

Po intervjuju iz revije  
Manager povzela  
**Gordana Mavrič Trobec,**  
**delovna terapevtka**

## IZKUŠNJE IN IZZIVI V ČASU EPIDEMIJE

**Obdobje epidemije se je začelo stresno. V bivalnih enotah in v celem Domu je bil prisoten strah pred neznanim. Čutili smo, kot da smo nepripravljeni na novonastalo situacijo. Nihče ni vedel, kaj nas čaka, saj se je zgodilo nekaj, na kar se nismo mogli pripraviti. Ob pojavu okužbe v našem Domu so se ti občutki še okrepili. Sledilo je zaprtje Doma za obiske in izvajanje vseh preventivnih ukrepov za preprečevanje in širjenje okužbe. Stanovalci so se zadrževali v sobah, manj je bilo vsakodnevnih ritualov, posledično se je žal povečala izoliranost.**

Stanovalci so ostali brez obiskov svojcev, njim znane obraze pa smo prekrili z maskami. Na začetku so bili zmedeni. Spraševali so po svojcih, zanimalo jih je, kaj se dogaja in zakaj ne pridejo na obisk. Kljub umirjenim in večkratnim pogovorom se dolgo niso mogli sprijazniti in privaditi na nove razmere. V času zaprtja Doma smo začeli omogočati stike preko video klicev. Takšna komunikacija pa je otežena pri osebah z demenco. Večino stanovalcev je pomirilo že to, da so lahko svojce vsaj slišali. Video je veliko pomenil predvsem svojcem, saj so stanovalce lahko videli in se prepričali, da je z njimi vse v redu. Pozneje, ko se je Dom ponovno odprl za obiskovalce, pa je ogromen organizacijski zalogaj pomenila koordinacija obiskov, ki so morali biti vnaprej najavljeni in v skladu z zaščitnimi ukrepi.

Stanovalce smo seznanili s pojavom pandemije. Z njimi smo se vsak dan pogovarjali, poskušali smo jim razložiti in približati ukrepe, napisali smo tudi pisna obvestila. Nekateri stanovalci so novice spremljali po televiziji ali v časopisih. Čas korone je prekinil rutinsko delo in ustaljene strukture dneva. To se je pri nekaterih stanovalcih

izražalo v večjem nemiru, pri drugih pa v umiku samih vase. Ker smo se te problematike ves čas zavedali, smo stanovalcem omogočali primerne individualne aktivnosti. Po najboljših močeh smo jim poskušali nadomeščati družino, skrbeli smo za socialne stike, sprehode in drobne pozornosti.

Spremembe v razpoloženju stanovalcev so bile očitne, v njihovih pogledih se je dalo prebrati veliko. Nekateri so bili vznemirjeni, drugi zamišljeni, otožni, zadržani, zbegani, obupani. Zaprli so se vase. Manj je bilo fizične bližine in dotikov. Stanovalci z demenco, ki so morali v izolacijo, so bili tudi prestrašeni; znani obrazi zaposlenih, ki so jih pred epidemijo pomirili, so bili sedaj skriti za maskami, v kombinezonih, z vizirji, očali. Kot vedno, je tudi tu najbolj pomagal umirjen pogovor s stanovalcem. Tako je ena izmed stanovalk dejala: »Ne poznam vas, ne vem, kdo ste, zelo znan pa mi je vaš glas«. V času krize se seveda oklene- mo tistega, kar nam je znano in kar nam je še ostalo na voljo.

Z epidemijo pa smo se morali soočiti tudi zaposleni. Strah pred okužbo je bil prisoten ves čas, a smo vseskozi delali vestno in po predpisih, na podlagi izkušenj in strokovnega znanja. Delo je bilo obsežno in zahtevno, a smo kljub spremenjenim razmeram stanovalcem skušali približati občutek domačega okolja. Prisotne so bile tudi stiske zaposlenih, delo v izolaciji je seveda naporno samo po sebi. Nekatere zaposlene pa je

epidemija na nek način »predramila«, da so se začeli bolj posvečati skrbi za lastno zdravje in imunski sistem (sproščanje, zdrava prehrana, gibanje, zdravi odnosi). Lahko rečemo, da nam je epidemija pokazala tudi to, kaj je v življenju zares pomembno.



Čeprav je bila preizkušnja zahtevna in težka, nam je veliko dala. Še najbolj spoznanje, da se lahko v takšnih kriznih primerih zanesemo predvsem nase, na lastne vire. V veliko situacijah smo se morali znajti sami, brez zunanjih pomoči. Stopili smo skupaj in to nas je v obdobju krize še dodatno povežalo, znotraj posameznih služb in tudi multidisciplinarno. V času epidemije smo okrepili sodelovanje na vsakodnevni krizni sestanki, dajali predloge, iskali rešitve in si nudili oporo. Okrepili smo občutek pripadnosti in samozavesti, da smo kos tudi najtežjim izzivom. Delamo povežano v timu in se vsak dan trudimo stanovalcem omogočiti kakovostno bivanje. Vsak od zaposlenih prispeva svoj delček v mozaiku.

**Matej Peteh,**  
socialni delavec

## DONACIJA - ROBOT ZA DEZINFEKCIJO

**Dom starejših občanov Ljubljana Vič - Rudnik je največji dom v Ljubljani in drugi največji dom v Sloveniji. Okužba z novim koronavirusom ni prizanesla niti našemu Domu, saj je bila prisotna v obeh enotah.**

Velikost Doma predstavlja velik izziv pri organiziranju delovnega procesa in zagotavljanju ustrezne dezinfekcije. Zato smo bili še toliko bolj veseli, ko nas je Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti obvestilo, da bomo prejeli modernega robota za dezinfekcijo z UV-C svetlobo, ki ga je izdelalo mlado slovensko podjetje UVC Solution. S tem robotom še bolj kakovostno in hitreje poskrbimo za ustrezno dezinfekcijo prostorov s pomočjo ultravijolične svetlobe v C-spektru. Tako lažje uničimo bakterije, viruse in mikroorganizme. Stanovalci, njihovi svojci in zaposleni DSO Ljubljana Vič - Rudnik smo hvaležni za donacijo prepotrebne dezinfekcijskega aparata, s katerim lažje, še bolj strokovno in hitreje poskrbimo za ustrezno dezinfekcijo prostorov našega doma. Hvaležni smo tudi ministrstvu, ki je glede na ključ velikosti Doma in



takratnega največjega števila okuženih stanovalcev prepoznalo potrebo po dodelitvi navedenega aparata našemu Domu.

**Ana Štefančič, vodja ZNO**

**Bine Brezavšček, vodja službe  
vzdrževanja**

## POGLED NA PREHOJENO POT

**V mesecu marcu smo se za skupno mizo zbrali člani uredniškega odbora domskega glasila, ki ga ravnokar berete. Poleg spodaj podpisane in direktorice Doma so za mizo sedeli še Barbara Purkart, Branka Drobnič in Matej Peteh.**

## **Marija Modrijan, tudi članica te skupine, je bila v tistem času v fazi zaključevanja delovnih obveznosti.**

Razmišljali smo o vsebini nove številke glasila. Za nami je bil zelo naporen čas drugega vala epidemije covid-19. Tematika se je kar sama ponujala, a spomini na to obdobje so bili precej grenki. Zato smo želeli med vsem, kar se je dogajalo, poiskati nekaj svetlega, pozitivnega. Želeli smo, da bi pisana beseda ohranila tudi tisto, kar po taki težki preizkušnji lahko nesemo naprej v življenje, kot nauk, kot vzpodbudo za naprej. Da iz teme pogledamo v svetlobo.

Priznam, ni mi bilo lahko stopiti med sodelavce in stanovalce z vprašanji: »Kaj vam je obdobje izolacije, karantene, omejitev prineslo pozitivnega? Pri vašem delu, v družini, družbi? Kaj se je spremenilo, mogoče na bolje?«

Vsak človek je svet zase in vsak je na svoj način doživel ta poseben čas. Odzivi na moja vprašanja so bili različni. Marsikdo je iz pogleda nazaj težko izluščil kaj pozitivnega. Vzpodbudno pa je bilo mnenje sodelavke: »Ne, ni samo slabo. Si je treba vzeti čas ob teh vprašanjih in malo razmisliti ...«

### ***In nastalo je nekaj zapisov.***

»Za nami je zahtevno obdobje boja proti okužbi z virusom SARS-CoV-2. V tem času smo pokazali visoko stopnjo strokovnosti, organiziranosti, odgovornosti

in medsebojne solidarnosti. Vsaka krizna situacija pa nas opozori tudi na pomanjkljivosti, zato smo v tem obdobju spremenili in izboljšali način dela. Kot pozitivna plat se je pokazala tudi naša dobra medsebojna komunikacija, saj smo skr-



beli za natančen in takojšen prenos informacij, bodisi med zaposlenimi ali med stanovalci in svojci. Zaradi nekaterih ukrepov in priporočil smo morali v Domu ukiniti skupinske aktivnosti, s tem pa smo izvajali več individualne obravnave vsakega posameznika. Krizna situacija nam je prinesla veliko izzivov, vendar smo se z njimi spopadli na uspešen način, kar nam je prineslo veliko pozitivnega razvoja, novih rešitev in sprememb.«

**Ana Štefančič,  
vodja ZNO**

»Naše delo je potekalo individualno na vseh bivalnih enotah. Stanovalcem je največ pomenilo to, da smo jih poslušale in se z njimi pogovarjale. V težki situaciji, ko so zelo pogrešali svojce, smo jim pomagale tudi s telefonskimi pogovori in video klici, da so se z domačimi lahko slišali oz. videli. V rdečih conah smo bile v pomoč tudi pri drugih aktivnostih. Reševale smo razne težave, ki so se pojavljale na bivalnih enotah in tako ugotovile, da se dobro znajdemo v različnih nepredvidenih situacijah.

Z individualno fizioterapijo so bili zelo zadovoljni tudi stanovalci. Sedaj nam še bolj zaupajo in se z veseljem vključujejo v aktivnosti fizioterapije.«

**Janja, Sabina, Jožica in Alenka,  
fizioterapevte**

»Za vse je bilo težko, a smo stopili skupaj in sodelovali. Sodelavci iz kuhinje, iz pralnice, vzdrževalci, službi fizioterapije in delovne terapije. Vsi so pomagali, naj je bilo to njihovo delo ali ne. Marsikdo je delal cele dneve. Potrudili smo se za ljudi, za Dom.«

**Dika,  
bolničarka**

»Tudi naš odnos do stanovalcev in obratno – njihov odnos do nas je bil

takrat drugačen. V medsebojnih odnosih smo bili bolj strpni, bolj razumevajoči. Ker svojci niso mogli do stanovalcev, smo jim bili edini zaupniki. In delati v skafandru je bilo težko.«

**Špela,  
SMS**

»Doma smo bili z družino več skupaj. Več smo kuhali. Mislim, da sem brezglavo zapravila manj denarja, ker zaradi omejitev na regije nismo smeli nikamor. V službi smo v tistem času delali bolj timsko. Bilo je težko, a bili smo bolj kolegialni.«

**Nedžma,  
SMS**

»Lahko sem obdržala službo. Marsikdo je v tistem času ostal brez nje. Bila sem celo denarno nagrajena, kar se mi še ni zgodilo. Ko sem tudi sama zbolela za covidom, me je veliko sodelavcev poklicalo in me spraševalo, kako sem.«

**Marjetka,  
strežnica**

Zbrala in zapisala

**Gordana Mavrič Trobec,  
delovna terapevтка**

## PREBOLEL SEM COVID-19

Bilo je novembra, lansko leto. Imel sem visoko vročino. Nisem se počutil slabo in ni se mi zdelo, da sem bolan. Pa so mi rekli, da moram v bolnico, ker sem dobil »ta nov vi-rus«, covid-19. Tam sem ležal in dobival zdravila. Verjetno sem bil zelo šibkega vide-za, ker so klicali hčerko, naj me pride pogledat. Ni mi prišlo na misel, da bi lahko umrl.

Po dobrem tednu mi je prišel zdravnik povedat, da bom šel domov. Prišel sem nazaj v Dom. Malo sem bil šibak, pa sem si počasi toliko opomogel, da sem lahko sedel na invalidskem vozičku. Voljo sem imel! Pa jedel sem, sem vedel, da moram, zaradi obstoja! Star sem že 94.

Enkrat so me snemali tudi za TV, pa ne vem več, kaj vse sem povedal ...



Sedaj z rolatorjem pridem do kavarnice na kavico. Tam vedno koga srečam in malo poklepetam. Zdaj sem tak, kot sem bil prej.

Če me je bilo kaj strah? Nič! Bil sem prepričan, da nisem kaj dosti bolan.

**Ivan Kosanc,**  
**stanovalec**

## COVID-19 ŠE ZDALEČ NI KAKŠNA GRIPA

V lanskem letu je epidemija prizadela številne stanovance Doma. Tudi mene je za polna dva meseca položila v posteljo. Nisem imela temperature, nisem izgubila vonja, nisem pa mogla piti, niti požirati. Nisem bila prisebna in se nisem zavedala. Hvaležna sem, da me niso nikamor selili in da sem infuzijo prejemale kar v svoji sobi.

Bolezen je pustila posledice na srcu, ledvicah, spominu, in le počasi okrevam. Pri okrevanju in zdravstvenih tegobah mi je zelo koristila domska fizioterapija. Hvaležna sem za vse lajšanje mojih zdravstvenih težav, zdravstvenemu in negovalnemu osebju pa bi se rada tudi zahvalila za vso skrb in pozornost. Iskrena hvala.

**Marija Marolt,**  
**stanovalka**

## ČAS EPIDEMIJE

Kadar me kdo vpraša: »Kako sta pa vidve z mamó preživelí epidemíjo?«, navadno kratko odgovorim: »Težko je bilo.« Če ni nujno potrebno, se v življenju ne želim preveč poglobljati v težke stvari, ki se zgodijo, zato mi ta zapis ne gre ravno zlahka izpod prstov. Raje kot pretirano poglobljanje v težave skušam stvari jemati take kot so in jih po najboljših močeh obvladovati, predvsem pa živeti za naprej.

Verjetno nikdar ne bom pozabila tistega dne, ko sem med obiskom izvedela, da z naslednjim dnem obiski ne bodo več mogoči, ker se zaradi omejevanja širjenja virusa Dom zapira. Takrat sem šla od mame s težkimi nogami in zmedenimi mislimi. Še dobro, da nisem vedela, da bo prepoved obiskov trajala dolge mesece. Ti meseci so bili težki, polni nejasnosti, zmede, skrbi, tesnobe, strahu, kaj nas še čaka, tudi jeze, predvsem pa nenehnega čakanja, kdaj bo vse skupaj mimo. Zares počasi se je stanje toliko izboljšalo, da so bili dovoljeni kratki občasni obiski. Na prvi tak obisk sem šla z mešanimi občutki. Na eni strani veselje, da bom spet videla mamó, na drugi pa skrb, kakšna bo njena reakcija, kako je, kako je ona preživela te dolge mesece in ali se zaveda, v kakšnem času živimo in zakaj me tako dolgo ni bilo k njej? In prvi obisk je minil prav s takimi občutki. Veselje in jok. Tudi naslednjih nekaj obiskov je bilo podobnih. Počasi pa se človek navadi in sprejme možnosti, ki so mu dane po načelu »bolje nekaj kot nič«. Tako sva se obe z mamó nekako navadili



na ta nov način obiskovanja. Kaj drugega tako ni preostalo, samo da so obiski sploh mogoči. Zelo počasi gre morda s pomočjo znanosti tudi korona v obvladljive razsežnosti. Upam, da mi nikdar več ne bo treba hoditi na obiske k mami z zaščitnimi očali, kapo, rokavicami in ogrinjalom, da moji obiski ne bodo potekali v strogo odmerjenem in nadzorovanem času. Vsakogar, ki to bere, zato pozivam: situacijo, v kateri bomo, kot kaže, živeli še lep čas, jemljite razumsko in z veliko mero obzira – če že ne do sebe, pa vsaj do drugih.

Vsem želim veliko zdravja

**Ajda Ulčar Frelih,  
svojka**

## ZAHVALA

**Sem Vera Topolovec, ena od petih otrok, hči Paule Topolovec, varovanke enote Bokalce. Naša starša sta bila v Dom sprejeta julija 2020. Da smo dobili prosto mesto v Domu, smo zelo hvaležni socialnemu delavcu, ki se je zelo zavzel za primer staršev, da sta bila lahko deležna 24-urne oskrbe. Otroci smo štiri leta in pol skrbeli za njiju vsak dan.**

Na začetku jima je bilo po prihodu težko, a sta kmalu ugotovila, da jima je v Domu zelo lepo. Spoznala sta tudi, da bi bilo za njiju dobro, če bi šla v Dom že prej. Spoznala sta veliko ljudi, novih prijateljev in osebje, ki lepo skrbi za njiju.

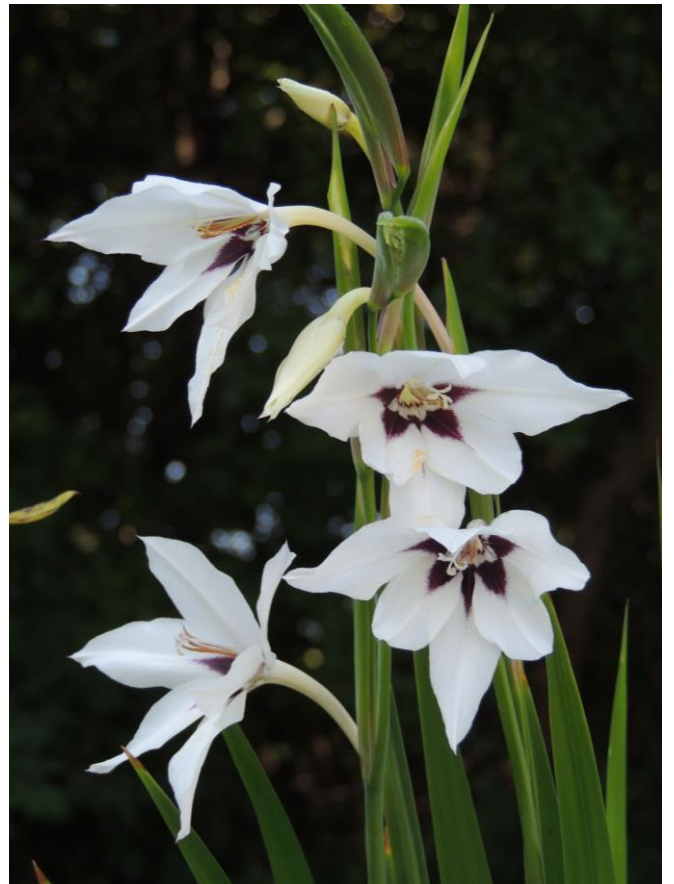
Kmalu za tem se je Dom zaprl zaradi virusa. Seveda se je strokovna služba skupaj z vodstvom in ostalimi zaposlenimi zelo dobro organizirala, da smo lahko ostali v stiku s starši, čeprav le na daljavo. Dostavljali smo jim lahko pakete pred recepcijo, imeli smo video klice z njimi, videli smo se in se pogovarjali. Omogočili so nam, da smo se videli pod balkonom, pa je bilo njima in nam veliko lažje. Seveda so za vse to zasluženi vodstvo, strokovna služba in dobro osebje.

Žal nas je januarja letos oče zapustil, kar je bilo za mamó in nas zelo težko. Vsi zaposleni, še posebej negovalci, so za mamó zelo lepo poskrbeli, jo tolažili in ji stali ob strani, ko ji je bilo zelo težko.

Danes je mami v Domu lepo in uživa vsak dan znova.

Zahvaljujemo se terapevtom, socialni službi in vodstvu, še posebej pa nego-

valcem, ki imajo veliko srce za vse stanovalce.



Poklon in velika zahvala vsem zaposlenim, da ste tam, kjer vas najbolj potrebujejo.

Srčna hvala za vse dobro!

**Vera Topolovec, Vesna Čuden,  
Dragica Božič, Jože Topolovec in  
Željko Topolovec, svojci**



## KORONAVIRUS

*Kot bi mignil, je bil tu  
koronavirus.  
Trajal je dolgo, predolgo.  
Nekateri so zaslužili veliko.  
Kaj pa, če ga sploh ni bilo.  
Kdo ve, veš ti?  
Povej.  
Preden boš dal masko gor.*

**Majda Taljan Sušinski,  
stanovalka**

## KORAK NAPREJ S TEHNOLOGIJO – TABLICE IN STIK S SVOJCI

V času ukrepov, povezanih z epidemijo, smo se morali soočiti z nasprotovanjem želja in navodil. Na eni strani so bile potrebe stanovalcev in svojcev po osebnih stikih, na drugi pa epidemiološka navodila omejitve obiskov v Domu. V želji zadostiti zahtevam obeh strani smo začeli uporabljati informacijsko komunikacijsko tehnologijo (IKT). Priskrbeli smo si telefone in tablične računalnike, naložili ustrezne programe (Viber, Skype, WhatsApp) in začeli izvajati video klice. Poleg zaposlenih v socialni službi so pri tem ključno vlogo opravili zaposleni preko javnih del.

Zavedali smo se, da takšna oblika komunikacije ne more nadomestiti pristnih stikov v živo, nam je pa v tistih trenutkih nudila najboljšo alternativo. Ko so se omejitveni ukrepi omilili in so bili obiski spet omogočeni, se je potreba po video klicih zmanjšala, ni pa povsem izginila. Kar nekaj stanovalcev in svojcev je namreč takšne stike želelo ohraniti iz različnih razlogov: oddaljenost kraja bivanja,

bolezen, svojci iz tujine niso smeli prehajati meje, službene obveznosti idr. Tako nekaterim stanovalcem še vedno omogočamo, da vidijo svoje bližnje, ki živijo v drugih krajih in celo celinah. Epidemija nam je odkrila in pokazala potrebo, ki jo sedaj uresničujemo s pripomočki IKT.

**Matej Peteh,  
socialni delavec**

## ELI ALBUM – DIGITALNI ALBUM

**V oblikovalskem studiu Kofein dizajn vedno razvijamo tudi kakšno storitev za lepšo prihodnost. V zadnjem letu je to Program ELI, ki želi starejšim, pa tudi osebam z demenco, približati nove, računalniške in spletne tehnologije. Storitve ELI Album, ki smo jo razvili nazadnje, hrani in prikazuje družinske fotografije. Družinski člani jih urejajo od doma, starejši pa jih lahko gledajo v domu ali domači oskrbi, samostojno ali v okviru terapije.**

Motnje spomina v starosti niso nič posebnega. In če tehnologija težave rešuje debelim in suhim, staršem in dojenčkom, učenjakom in nepismenim, zakaj ne bi življenja olajšala še pozabljivim in osamljenim? Takšno tehnološko rešitev smo želeli razviti člani ekipe Kofein dizajna. Projekt smo poimenovali "ELI, spletna asistentka za osebe z demenco".

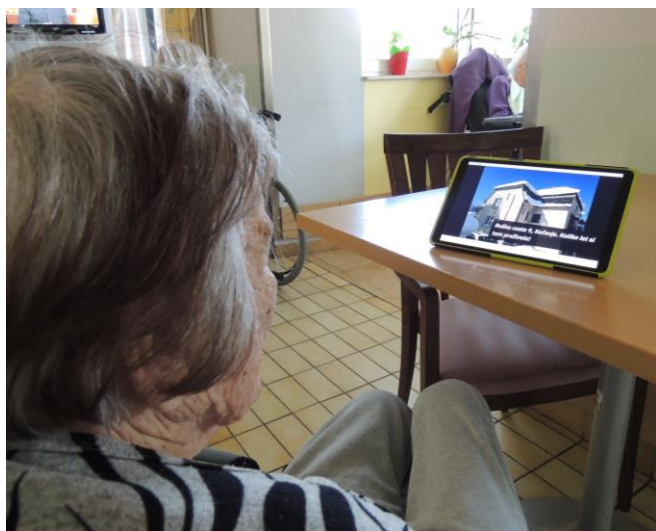
ELI Album, ki je samo delček celotnega projekta, hrani in prikazuje družinske fotografije z opisi. Prav osebne fotografije, fotografije pomembnih dogodkov in ljubljenih oseb so namreč podobe, ki najlaže obudijo pešajoči spomin in hkrati utrjujejo vezi s tukajšnjo družbo in zdajšnjim časom. Album podob na preprosto in varen način za vsakega uporabnika posebej ureja družina od doma, starejši pa si ga lahko na prenosni napravi ogledujejo doma ali v domu starejših občanov. Na ta način lahko družinski člani tudi v časih, ko se osebni stiki iz kateregakoli razloga razredčijo, ostanejo povezani.

Album je samo uvod v večji nabor storitev, ki jih bo ponujala ELI. V nadalje-

vanju bo mogoče naložiti tudi video posnetke in glasbo, naprava bi lahko ponujala tudi nabor dnevnik novic, uporabnikove najljubše televizijske oddaje, aktivne stike s prijatelji in svojci v obliki video ali glasovnega klica, opomnike za jemanje zdravil, termine terapije in podobno.

Storitev ELI Album je trenutno v prototipni izvedbi. Na Kofeinu vse bralce prosimo, da se v projekt vključite kot poskusni uporabniki. Udeležba je brezplačna, tehnično predznanje ni potrebno, vaše osebne fotografije pa bodo varne in dostopne samo vam in vaši družini. Da bi pri razvoju pomagali, vas bo razvijalska ekipa po testnem obdobju prosila, da storitev ocenite.

Sodelovanje poteka tako, da se v projekt vključite na spletni povezavi [www.eli.si](http://www.eli.si). V prvem koraku poiščete nekaj družinskih fotografij, na primer takih, ki prikazujejo življenjske prelomnice, pomembne osebe, kraje ali trenutke. Potem te fotografije vnesete v program, ali pa za vas to opravimo na Kofeinu. Opremite jih z zanimivimi ali zabavnimi kome-



tarji. Tako fotografije kot komentarje boste od doma lahko kadarkoli spremenili ali uredili. Stanovalci doma (lahko pa tudi drugi družinski člani) si bodo album lahko ogledovali na mobitelu ali tabličnem računalniku, če pa primerne naprave za prikazovanje nimate, vam jo bomo posodili. Odličen rezultat tega projekta, ki sicer od udeležencev zahteva nekaj časa in zavzetosti, je ustvarjen

digitaliziran družinski album, ki bo za vedno ostal del vaše družinske dediščine.

Pri razvoju storitve poleg Društva Spominčica – Alzheimer Slovenija (Slovensko združenje za pomoč pri demenci) sodeluje tudi Dom starejših občanov Ljubljana Vič - Rudnik, ki bo stanovalcem pomagal uporabljati in vzdrževati novo napravo.

Več o storitvi lahko preberete na spletni strani [www.eli.si](http://www.eli.si), kjer se lahko tudi prijavite. S sodelovanjem boste pomagali kratkočasnejšo starost zagotoviti tudi prijateljem in potomcem.

**Zarja Vintar,**  
**vodja razvojne ekipe ELI,**  
**Kofein dizajn**

## **SIMBIOZA MOBILNA@ - POTUJOČA MOBILNA UČILNICA**

**Uporaba komunikacijsko-interakcijske tehnologije je v sodobnem času že nekaj samoumevnega. Treba pa je priznati, da tovrstna tehnologija ni dostopna slehernemu izmed nas. Tudi vprašanje o digitalni pismenosti, zlasti starejših, je povsem na mestu. Kljub vprašanju, ki se nam postavljajo, pa je treba poudariti, da je tovrstna tehnologija lahko izvrsten način za medgeneracijsko sodelovanje, predajo znanja in izkušenj med generacijami ter pomembna vez zlasti v času, ki ga obvladuje koronavirus.**

Simbioza mobilna@ želi s svojo potujočo mobilno učilnico na štirih kolesih preko sodobnih digitalnih izobraževalnih pobud približati komunikacijsko-interakcijske tehnologije starejšim. Na otvoritvenem dogodku, ki je potekal v sredo, 11. avgusta 2021 v enoti Bokalce Doma starejših občanov Ljubljana Vič - Rudnik, je bil projekt predstavljen širši publiki. Zbrane goste ter stanovalce in zaposlene



Doma so nagovorili predsednik Republike Slovenije Borut Pahor, minister za digitalno preobrazbo Mark Boris Andrižanič, marketing manager Google Adria-

tic mag. Metka Svetlin, direktorica Doma mag. Melita Zorec ter soustanoviteljica Simbioze Ana Pleško.

Predsednik Pahor je poudaril: »Digitalna pismenost lahko v svetu novih tehnologij omogoča komuniciranje in tako premaga vrzel osamljenosti. Gre tudi za nujen ukrep, da zna čim več ljudi v zrelih letih uporabljati nove tehnologije ter da jim to omogoča stik z bližnjimi.«

V okviru otvoritve je bila prikazana tudi delavnica spoznavanja in uporabe sodobne komunikacijsko-interakcijske tehnologije, na kateri so – tokrat v vlogi učencev – sodelovali stanovalci Doma. Ti delavnico opisujejo kot pozitivno izkušnjo, sodelovanje med Domom in organizacijo Simbioza mobilna@ pa se bo nadaljevalo tudi v prihodnje.

**Miha Papež,**  
**delovni terapevt**

## **OBISK POTUJOČE MOBILNE UČILNICE SIMBIOZA MOBILNA@**

**11. avgusta smo imeli v Domu visoki obisk predsednika republike g. Boruta Pahorja, ministra za digitalno preobrazbo g. Marka Borisa Andrižaniča in predstavnic Googla in Simbioze s številnimi novinarji in snemalci.**

Številni stanovalci smo se prvič srečali s tabličnimi računalniki in poskušali napraviti prve korake. Pri tem so nam pomagali g. Gorazd, gđč. Sara in na drugem srečanju ga. Tatjana.

Sama se za nakup tablice nisem odločila. Deloma zaradi varčnosti, pa tudi zato, ker mi bolj ustreza moj računalnik, saj na velikem zaslonu bolje vidim.



V času zaprtja Doma sta mi zelo pomagala delovni terapevt g. Miha in

socialni delavec g. Matej, ki sta mi na računalnik namestila Skype in Zoom. Tako sem bila tudi med zaporo povezana s svojimi domačimi, kar mi je veliko pomenilo.

Pred dobrim letom so nas dijakinje prostovoljke s Srednje zdravstvene šole uvajale v računalniške programe po sistemu »ena na ena«, ena dijakinja in en stanovalec. Meni je ta način zelo koristil, ker si ne morem zapomniti več stvari hkrati.

**Marija Marolt,**  
**stanovalka**

## SKRINJICA ŽELJA

V enoti Bokalce imamo že nekaj let navado, da stanovanci na prednovoletni zabavi v skrinjico želja oddajo svojo željo, ki jo skušamo v začetku novega leta tudi izpolniti. Res, da nam je letos koronavirus onemogočil prednovoletno druženje, drži pa tudi, da si kljub »čudnim časom« ob prehodu v novo leto marsikaj (za)obljubimo oziroma želimo.

Najpogostejše želje naših stanovancev so seveda zdravje, dobro počutje in obvladanje koronavirusa. Nekateri stanovanci pa so si zaželeli tudi kaj materialnega, obisk svojcev ... V januarju 2021 smo začeli izpolnjevati želje ...

Veselje je bilo veliko!

**Miha Papež,**  
**delovni terapevt**



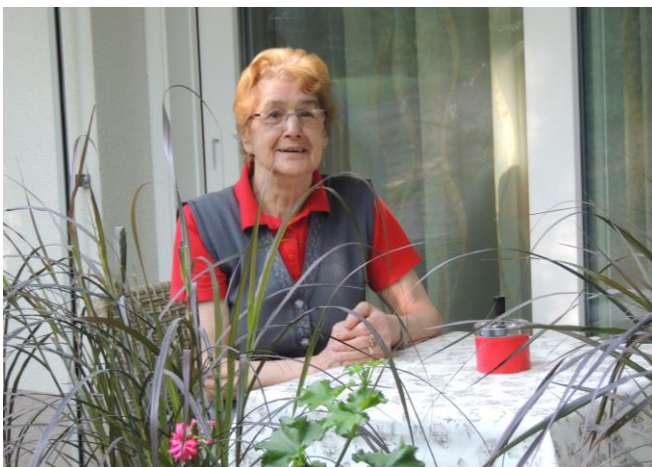
# SOLIDARNOST IN POMOČ MED STANOVALKAMI V DOMU

Pred kratkim sta minili dve leti, odkar sem prišla v Dom. Že prve dni je moja pozornost pritegnila skupina petih stanovalk iz stare hiše, od katerih sem dve poznala že od prej, in sicer go. Albino Koprivec in go. Marijo Žgur – Mici. Ostale tri so bile ga. Jana Abramović, ga. Pepca in ga. Štefka.

Ga. Mici jih je zbrala skupaj, jih pospremila v dvigalo in v kavarnico, kjer jim je pripravila sedeže, naročila kavo ali pijačo, poskrbela za plačilo (ker nekatere slabo vidijo in ne morejo izbrati pravih kovancev) in jih naposled pospremila nazaj do njihovih sob.

Spet drugič jih je pospremila v park in v primerni senci poiskala klopco za vseh pet. To me je zelo navdušilo. Že prej sem zelo spoštovala obe gospe, ki sem ju poznala, ta nesebična pomoč pa je njun ugled v mojih očeh še povečala.

Prijateljstvo in pomoč danes še vedno trajata, čeprav je ga Mici že v 93. letu. Ga. Pepca se je v 103. letu poslovila, ga. Jana pa se je med tem preselila v novo hišo.



V pritličju nove hiše živi ga. Fani Rutnik, ki pomaga v jedilnici, predvsem pa je moja pozornost pritegnila njena skrb za čistočo pred atrijem in na poti, kjer pometa listje in nasploh skrbi za urejenost okolice. Hvala, ga. Fani.

Gotovo so v hiši še drugi stanovalci, vredni pohvale, ker skrbе za splošno ugodje, da je vsem lepše.

**Marija Marolt,  
stanovalka**

## TAČKE POMAGAČKE IN NJIHOVA PISMA

**Društvo Tačke pomagačke z nami sodeluje že od leta 2014. Psi in njihovi vodniki so vedno dobrodošli v naši družbi, ker nam prinašajo posebno zadovoljstvo. Terapija običajno poteka ob torkih v prostoru ob dvorani, zaradi velikega števila stanovalcev, ki jih zanima tovrstna terapija, pa smo se razdelili v dve skupini in vsaka pride na vrsto za terapijo na štirinajst dni.**

Vsa leta so naša druženja potekala od septembra do julija, stanovalci se večkrat šalijo, da gre za šolsko leto. Čez poletje si vsi vzamemo malo dopusta. Skozi leta se je pokazalo, da si tudi nekateri stanovalci, ki zaradi zdravstvenih omejitev ne zmorejo sodelovati v skupinski terapiji, želijo druženja s terapevtskim parom. Dva terapevtska para sta se odločila, da začneta izvajati tudi individualno družabništvo – kar v sobi, na postelji stanovalca. In res, zadovoljstvo in veselje sta neizmerna.

V letu 2020 smo se soočili z virusom, ki nam je vzel vse družabne dogodke, akti-

vnosti, delavnice in terapije s Tačkami pomagačkami. Velikokrat smo se spominjali drug drugega, zato smo si začeli dopisovati. Vodnica Tatjana in pes Lam sta nam pisala, kako se sprehajata po Cerknici in okolici, vodnica Jana in njen Oli sta nas razveseljevala s fotografijami, kako Oli poskakuje po reki in se lovi s pasjim prijateljem, vodnica Dušanka in njen Thor sta nas pozdravljala preko elektronske pošte, tudi vodnica Slavica in psička Diva sta se oglasili in nam poslali nekaj fotografij. Prek pošte smo ostali v stiku, se spominjali naših druženj in terapij in čakali dan, ko se bomo lahko spet videli v živo. V mesecu maju 2021 je ta dan le prišel in skupaj smo ugotovili, da smo ljudje socialna bitja, ki potrebujemo fizični stik. Pisma so nam res v veliko veselje, toda dotika, objema, stiska roke in tople besede se ne da nadomestiti ali zamenjati.

**Teja Dežman,  
delovna terapevtka**



## PETJE

**Tri leta so mimo, odkar sem začela obiskovati Dom starejših občanov na Bokalcah. Izjemno sem vesela, da lahko svoje glasbene izkušnje delim s stanovalci. Glasba ima namreč neposreden dostop do človekovega čustvenega in podzavestnega sveta, včasih bolj kot besede.**

Vedno, ko pridem v Dom, dobim nazaj veliko čiste in lepe energije. Skupaj pojemo slovenske ljudske in ponarodele pesmi in uživamo v muziciranju.

Poleg tega se imamo lepo ob posnetkih odlične glasbe Bacha, Mozarta, Debussyja in ostalih skladateljev. Pogosto tudi sama zapojem Ave Marijo, Santa Lucijo ali kakšno drugo znano pesem.

Nasmehi na obrazih stanovalcev so zame največja nagrada in veselje. Sprostijo se in uživajo, hkrati pa glasba v njih spodbuja asociacije in spomin na čustveno pomembne dele življenja.



Hvaležna sem, da sem del kolektiva delovne terapije in da lahko s pomočjo glasbe in petja pomagam stanovalcem, da se boljše počutijo, pomirijo in sprostijo.

**Natalija Radić**

## PISMOTEKA – DOPISOVANJE MED STANOVALCI DSO LJUBLJANA VIČ - RUDNIK IN DIJAKI GIMNAZIJE VIČ

**Dijakinja 2. letnika Gimnazije Vič Dora Smole je v novembru 2020 na šoli predstavila idejo o akciji dopisovanja med dijaki in stanovalci doma starejših občanov, v okviru katere bi si dijaki gimnazije in stanovalci doma pisma izmenjevali preko navadne pošte. S pomočjo še nekaj dijakinj in mentorja prostovoljstva na gimnaziji je prostovoljsko akcijo podrobneje zasnovala in jo predstavila še ostalim dijakom. Povezali smo se z mag. Barbaro Purkart iz Doma starejših občanov Ljubljana Vič - Rudnik in akcijo v januarju 2021 tudi udejanjili.**



Dijaki Gimnazije Vič so kot prostovoljci že prejšnja leta obiskovali stanovalce DSO Ljubljana Vič - Rudnik, v minulem šolskem letu pa je takšno sodelovanje seveda preprečila epidemija covid-19. Namen akcije je bil tako v času ukrepov proti širjenju bolezni vsaj delno nadomestiti druženje v živo, ki je bilo v trenutni situaciji neizvedljivo, in s tem izboljšati trenutno socialno situacijo tako dijakov kot stanovalcev Doma. Dijaki so želeli tudi premostiti razdaljo med mladimi in starejšimi z izmenjavo idej, misli in izkušenj, izboljšati svojo pismenost in pisno izražanje ter si približati uporabo navadne pošte.

K akciji se je prijavilo kar 25 dijakov, ki so se stanovalcem Doma na kratko opisali, tako da so jih stanovalci lahko spoznali in si izbrali vsak svojega dopisovalca. Kmalu je steklo izmenjevanje pisem.

Ritmi dopisovanja so bili različni, nekatera pisma so si izmenjevali hitreje, druga počasneje. Včasih so stanovalcem pri pisanju pomagali delovni terapevti. Sodelujoči dijaki so akcijo zelo dobro sprejeli in se potrudili, da je v danih okoliščinah dosegla omenjene namene. Predvsem smo veseli, da je pobuda zanj prišla s strani dijakov. Ti so bili veseli tudi povratne informacije iz Doma, kjer so akcijo ocenili kot velik uspeh. En načrt pa se še ni uresničil: srečanje dopisovalcev v parku Doma. Želimo si, da bi tudi ta del lahko kmalu izpeljali in tako dijakom prostovoljcem in stanovalcem kmalu omogočili tudi že utečene načine druženja.

**Dimitrij Banda, psiholog  
šolska svetovalna služba,  
Gimnazija Vič**

## **POGOVOR Z MARIJO MODRIJAN**

**Večkrat se je zgodilo, da sem potrkala na vrata, za katerimi je imela svojo pisarnico diplomirana medicinska sestra Marija Modrijan. Včasih sem pri njej iskala kakšen strokovni nasvet, včasih pa sva samo izmenjali mnenje ali pogled na določeno situacijo v Domu. Realno, umirjeno in z veliko mero človečnosti je vedno znala zaobjeti širšo sliko dogodkov.**

Bolj ko se ji je bližal dan odhoda v »penzijo«, vedno težje je bila dosegljiva. Hitela je z zaključevanjem službenih obveznosti in s predajo dela svoji naslednici.

Zato pa je ta prispevek za domsko glasilo nastal nekega zgodnjega junijskega večera na vrtu ene od vrhniških slaščičarn, ob sladoledu in hladni pijači. Marija je bila takrat že upokojenka.

Med pogovorom je povedala, da se je njena pot znanja začela na osnovni šoli Ivana Cankarja na Vrhniki, nadaljevala pa na takratni Srednji šoli za medicinske sestre v Ljubljani. Tako je po teoretično znanje vsa štiri srednješolska leta zahajala pod znane Plečnikove arkade, praktično znanje pa nabirala po klinikah in bolnišnicah v našem glavnem mestu. Ker si je izbrala pediatrično smer, je imela več praktičnega usposabljanja na otroških oddelkih. Srednjo šolo je uspešno zaključila leta 1978 in se jeseni istega leta vpisala na takratno Višjo šolo za zdravstvene delavce v Ljubljani – smer medicinske sestre.



»Na začetku drugega letnika študija sem rodila prvo hčerko. Ob usklajevanju družinskih in študijskih obveznosti sem leta 1981 študij uspešno zaključila z diplomom. Po končanem študiju sem se v Domu na Bokalcah zaposlila kot višja medicinska sestra – pripravnica, po opravljenem strokovnem izpitu pa kot višja medicinska sestra. Po skoraj dvajsetih letih dela v Domu sem se vpisala v diferencialni program – smer zdravstvena nega na Visoki šoli za zdravstvo v Ljubljani in po končanem izobraževanju pridobila naziv diplomirana medicinska sestra. Svojo poklicno pot sem v Domu nadaljevala vse do upokojitve v aprilu letošnjega leta.«

**Marija, kako je dozorela odločitev za ta poklic? Zakaj medicinska sestra? Če ne bi bila medicinska sestra, bi bila ...?**

Želja, da postanem medicinska sestra, se je v meni porodila že v zgodnjem osnovnošolskem obdobju, zato ob koncu osnovne šole nisem imela dileme, na katero srednjo šolo naj se vpišem.

Poklic medicinske sestre sem izbrala tudi zato, ker sem že takrat vedela, da v življenju potrebujem poklic, ki bo dinamičen, ki bo zahteval učenje in prilagajanje in bo vsak nov dan v njem nov izziv. Poleg tega se mi je zdel poklic medicinske sestre priložnost, da delujem v korist ljudi – bolnih in zdravih ter se ob tem počutim izpolnjeno in tudi osebno rastem.

V času vpisa na srednjo šolo takorekoč nisem imela alternative za kakšno drugo izbiro poklica, zato sem strahoma pričakovala obvestilo o sprejemu na izbrano šolo.

Šele pozneje, ko sem že nekaj časa opravljala svoj poklic in dodobra spoznala tudi njegove temnejše plati, sem ugotovila, da bi izbrala bolj lagodno pot, če bi se po končani srednji šoli vpisala na katero od študijskih smeri na Biotehniški fakulteti.

**V vseh letih tvojega službovanja se je vloga diplomirane medicinske sestre v Domu tudi spreminjala. Kaj bi izpostavila?**

Z leti se je vloga diplomirane medicinske sestre preoblikovala. Še posebej v zadnjih letih je zelo izrazit poudarek na vodstveni funkciji. Vloga vodje bivalne enote obsega zelo širok nabor aktivnosti, ki vsaka posebej zahtevajo svoj čas. Večji delež aktivnosti ni neposredno povezan s stanovalci. Tu mislim na administracijo medicinske in obračunske narave, kadrovske zadeve in delovne razporede, intervencije ob kadrovskih izpadih, naročanje materiala in pripomočkov za delo in podobno. Zmanjkuje časa za pristen stik s stanovalci, za preprost klepet – skratka za tisto, kar pomeni STANOVALCA POZNATI. Dobro poznavanje človeka in njegovih potreb je osnova za dobro zdravstveno nego, ki je usme-

rjena individualno, je varna in učinkovita. To je pogoj za zadovoljstvo stanovalca in za njegovo dobro počutje.

**V nekem obdobju te je pritegnilo področje paliativne oskrbe starostnikov. Kdaj in kako se je to začelo?**

Začetki paliativne oskrbe v Domu na Bokalcih segajo v leto 2014, ko sva se s socialno delavko Mojco udeležili prvega obsežnega izobraževanja iz paliativne oskrbe pod vodstvom dr. Urške Lunder. Predavanja in vaje so se zaključile s preverjanjem znanja v obliki pisnega izpita.

Pridobljeno znanje sva takrat po najboljših močeh v obliki kratkih srečanj poskusili prenesti tudi na sodelavce. Na desetih srečanjih smo obravnavali posamezne sklope, ki jih je vsebovalo najino izobraževanje. Interno izobraževanje za delavce v zdravstveni negi in oskrbi smo v podobnem obsegu ponovili še dvakrat, v letih 2016 in 2018.

V tem času smo v Domu organizirali tudi predavanja za zaposlene, stanovalce in svojce, ki sta jih pripravila dr. Urška Lunder in dr. Matjaž Figelj. Predavanja so bila dobro obiskana in lepo sprejeta.

Naslednji korak v paliativni oskrbi naših stanovalcev so bili družinski sestanki pod vodstvom zdravnika specialista in ob prisotnosti članov tima osnovne paliativne oskrbe, ki smo ga oblikovali v Domu.

**V očeh sodelavcev si topla oseba z veliko strokovnega znanja, ki si ga predajala tudi med vse nas. Si kdaj razmišljala tudi o pedagoškem delu?**

S pedagoškim delom sem se največ ukvarjala na področju paliativne oskrbe. Tovrstno delo mi je predstavljalo svojevrsten izziv. Ker nimam predhodnega pedagoškega znanja, so priprave na predavanja zahtevale kar precej časa in truda. Sem pa to na področju paliative rada počela, ker mi je tema zelo pri srcu in se mi zdi zelo pomembna. Sicer pa nisem ravno »pedagoški tip«, zato si ne predstavljam, da bi pedagoško delo predstavljalo večji del moje dejavnosti.

**Nisi bila samo diplomirana medicinska sestra in vodja bivalne enote, si tudi družinski človek – žena, mama,**

**hčerka ... Kaj rada počneš, kaj te veseli? Kako rada preživljaš prosti čas?**

Rada berem, rešujem križanke, pogledam kakšen dober film. Rada sem na vrtu, posebno ljubi so mi opravki z rožami okrog hiše. Sproščajo me sprehodi v naravo in sredogorje, kakšen izlet po naši lepi domovini. Čaka me potovanje v tople kraje, ki ga doslej zaradi korone ni bilo mogoče izpeljati. Čakajo me barve in platno ... Z navdušenjem pa se pripravljam na svojo novo vlogo babice.

**Marija, hvala in srečno!**

Z Marijo Modrijan sem se pogovarjala  
**Gordana Mavrič Trobec,**  
**delovna terapevtka**

## **VTISI ŠTUDENTKE DELOVNE TERAPIJE**

Sem študentka tretjega – zadnjega letnika delovne terapije na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani. V okviru študijskega programa moramo pred zaključkom letnika opraviti 5-tedensko klinično prakso v zdravstveni instituciji, ki si jo samostojno izberemo. Jaz sem si izbrala Dom starejših občanov Ljubljana Vič - Rudnik, enota Bokalce.

Cilj kliničnega usposabljanja je bil, da pri enem stanovalcu Doma izvedem celoten proces delovno-terapevtske obravnave. Pri tem mi je pomagala mentorica ga. Teja Dežman. Skupaj z ostalimi delovnimi terapevti v Domu se je zelo potrudila, da mi predstavi čim več aktivnosti, ki jih pogosto izvajajo v okviru delovne terapije. V večini so to skupinske dejavnosti, kot so pogovorna skupina, zeliščarska skupina, skupine,

namenjene »možganski telovadbi« oziroma treningu kognitivnih funkcij ipd. Delovni terapevti v enoti Bokalce izhajajo iz posameznikovih potreb ter upoštevajo njegove sposobnosti in želje, kar je ključnega pomena za kakovostno in v nekaterih primerih tudi samostojno bivanje v Domu.

Staranje je vsakdanji in logičen pojav, vendar veliko težje obvladljiv, ko vanj stopi posameznik. Spoprijeti se je treba z vsemi novostmi (spremembami), ki jih leta prinašajo v življenje. Dandanes je beseda star pomembna, saj ljudje po domnevni starosti pogosto sodijo posameznikova dejanja. Starejšim ljudje so pogosto deležni opazk, češ da so prestari ali da niso dovolj mladi za dejavnosti ter doživetja, ki si jih želijo. Toda veliko starih ljudi ostaja aktivnih kljub svoji starosti in proces staranja dojemajo kot najdaljše življenjsko obdobje.

Med trajanjem klinične prakse sem se

naučila, da lahko občasno »pozabiš« na sledenje protokola oziroma na proces svojega dela in stanovalcu nameniš le pet minut časa. Tudi samo s pogovorom ali toplo besedo mu lahko polepšaš dan, mu podariš občutek sprejetosti in razumevanja. Temu načelu sledijo vsi zaposleni, od zdravstvenega do vodilnega osebja. Takega znanja ne pridobiš s prebiranjem literature ali z udeležbo na predavanjih, temveč v kliničnem okolju. Ponovno sem spoznala pomembnost delovnoterapevtskega poklica v Domu in se ponovno spomnila, koliko lahko posamezni delovni terapevt pomaga ter prispeva, četudi stanovalca le pohvali ali vzpodbudi. Celoten tim delovnih terapevtov mi je v (pre)kratkem času dal zvrhano žlico znanja, ki je nadgradilo že pridobljeno znanje na gerontološkem področju, za kar sem jim zelo hvaležna.

**Lucija Granatir,**  
**študentka delovne terapije**

## **PRALNI STROJ ZA MAMO**

**Ko sem obiskoval prvo gimnazijo, sem vsa štiri leta med šolskimi počitnicami delal na bencinski črpalki Petrola na Laborah pri Kranju. Poleg plače sem dobil še dober »tringelt«. Denar sem dajal mami, ki je vse natančno beležila in shranjevala.**

Bil sem edini študent, ki je znal angleško. Nekoč sta prišla na črpalko dva Nemca, mož in žena. Žena je znala malo angleško. Imela sta dober avto, kabriolet! Mož je šel plačat gorivo in ko se je vračal, si je tlačil denarnico v zadnji žep. Pomotoma mu je padla na

tla. Opozoril sem ga, da je izgubil denarnico. V zahvalo mi je dal 50 mark. Ko je žena to videla, mu je vzela denarnico iz rok in mi dala še 100 mark! Med malico sem tekel domov (doma sem bil blizu črpalke) in mami oddal tistih 150 mark. Seveda je bila začudena, kje sem jih dobil. Vse sem ji razložil in mama je denar shranila ter spet vse zapisala v svoje »evidence«.

V tistem času je mama kuhala perilo v velikih loncih in ga mešala z veliko kuhalnico ... Spominjam se, kako ji je bilo vroče ... Odločil sem se, da ji bom kupil pralni stroj. To sem si »dal v glavo«! Takrat jih pri nas ni bilo, pisalo se je leto 1962. Odločil sem se, da grem v Nemčijo. Mama mi je dala vse prihranke počitniškega dela, oče mi je uredil potni list in vizo ter pristavil še nekaj denarja, da bom imel za povratno vozovnico, če se mi kaj zgodi.

Nemško nisem znal, samo par besed in malo sem razumel. V Augsburgu sem si poiskal cenejše prenočišče. Hodil sem po ulicah in v vsaki izložbi je bil pralni stroj. Bosch! Želel sem tudi, da bi mi v trgovini na račun napisali manjšo ceno od resnične, pa to ni bilo povsod možno. Končno sem le našel prodajalca, ki mi je to uredil. Z denarjem, ki mi je ostal, sem kupil rabljen kombi – Volkswagen, vanj naložil pralni stroj in se odpravil proti domu. Kombi ni imel števca za gorivo, imel je še tisto palčko, ki si jo namočil v rezervoar in meril višino goriva v njem. Približno 50 km pred Šentiljem je kombiju zmanj-

kalo goriva. Bil sem utrujen, vznemirjen, ves zmešan! Zunaj zima in sneg. Zaklenil sem kombi in se peš odpravil po cesti naprej. Po približno petih kilometrih sem prispel do črpalke. Bila je zaklenjena, samo WC je bil odklenjen. Tam sem se usedel na tla in v hipu zaspal.

Zbudila sta me dva policaja in me nekaj spraševala. Omenjala sta kombi na cesti ... »Ja, moj je ... Kaput ... Zero bencin ...«, sem jima razlagal. Odpeljala sta me do kombija in mi dala ročko z gorivom, da sem se lahko zapeljal do naslednje črpalke, ki je bila odprta 24 ur. Ponujal sem jima plačilo, pa nista hotela ničesar. Mejo sem prestopil brez težav, carino pa plačal v Ljubljani. Pravzaprav jo je plačal oče, jaz sem bil že čisto brez denarja.



Tako je mama dobila pralni stroj. Bila je vesela in tudi druge ženske iz ulice so prihajale k nam prat perilo. Kar z otroškimi vozički so pripeljale cunje in čakale, da stroj opere. A se je pojavila druga težava – praška ni bilo!

Tudi to sem »zrihtal«! Šel sem ga iskat v Trst. Ampak to je že druga zgodba ...

**Peter Rajgelj,**  
**stanovalec**

## PEKA KRUHA V DANAŠNJEM ČASU

Včasih je bil kruh hrustljivo zapečen in je bil lomljiv; ne drobljiv, ampak lomljiv. Iz starih virov vemo, da kruha včasih sploh niso rezali z nožem in so ga jedli po kosih. Star slovanski običaj je bil, da so gostom najprej ponudili razlomljen kruh s soljo. Še celo Jezus Kristus je pri zadnji večerji razlomil kruh in ga dal učencem.

Danes pa kruhu dodajajo vse mogoče in nemogoče dodatke za daljšo svežino, za izboljšan okus, za drugačne lastnosti skorje in pri današnjih kruhih je skorja dobesedno nelomljiva in jo je celo težko rezati. Nateguje se kot žvečilni gumi, samo odtrgati ali odlomiti se ne da. Pogosto nas to spravlja v slabo voljo, kot da je kruhova skorja narejena taka zato, da človeka čim večkrat vznejevolji, še posebej nas starejše, ki imamo že slabše zobe.

Vsi mogoči aditivi, ki jih danes dodajajo ne samo kruhu, ampak vsej s sodobnimi tehnologijami obdelani hrani, imajo lahko za človeka še druge nevšečne posledice. Še najbolj boleč je strah pred more-

bitno rakotvornostjo določenih umetnih primesi hrani, ki jih včasih ni bilo. Mnoge kruhove skorje so zaradi svoje elastičnosti in vlecljivosti, ki sta nadomestili nekdanjo naravno lomljivost, danes tisto, kar nas jezi pri sicer najljubšem opravilu – pri jedi. Kruhove skorje so danes pogosto nerazumljivo odporne na enostavno lomljenje in jih skoraj ni mogoče načeti drugače kot z razstrelitvijo. Če bi danes Jezus ponovno prišel na svet in priredil zadnjo večerjo, bi v Svetem pismu najbrž pisalo: »Razstrelil je kruh in ga dal svojim učencem.« Kam smo prišli?

**Valentin Skubic,  
nekdanji stanovalec**

## POSMRTNA FOTOGRAFIJA

Fotografiranje umrlega pred pokopom je bilo včasih pomemben del pogrebnega rituala. To je bil način ohranjanja spominov na ključne trenutke posameznikovega življenja. Fotografije so bile posnete za zasebno uporabo zaradi želje po otipljivem spominu na ljubljeno osebo tudi po njeni smrti. Poleg šeg in navad nam tudi posmrtne fotografije odražajo kulturno-zgodovinski odnos do smrti.

»Spominjam se fotografije pogreba mojih prednikov. Na njej je moja mama nosila lep klobuk in torbico!« g. Lavriša



Posmrtna fotografija ali fotografiranje po smrti, imenovano tudi spominsko portretiranje ali memento mori (lat. spominjaj se smrti), je fotografiranje nedavno preminule osebe, običajno pred pogrebom. Izraz se v prvi vrsti navezuje na fotografsko prakso portretiranja umrlih v drugi polovici 19. in začetku 20. stoletja. Razmah je doživela v viktorijanski dobi, ki je poudarjala pomen jedrne družine in vero v nesmrtnost duše, kar je vodilo v razvoj spiritualizma. Pomenila je fotografsko prakso, s katero se je zaradi dodatnega zaslužka ukvarjala večina tedanjih poklicnih in ljubiteljskih fotografov. Predstavljala je prelom ter istočasno nadaljevanje tradicije simbolnega upodabljanja preminulih, izhajajoče iz evropskega srednjeveškega slikarstva in kiparstva.

»Sam sem slikal pogreb tete, mamine sestre. Zase, za spomin. Kot mulec sem imel svoj fotoaparater in sem se malo ukvarjal s fotografijo ...« g. Peter Rajgelj

Kakšne so bile značilnosti posmrtnih portretov pri nas, je mogoče videti na primerih okoli 200 posmrtnih fotografij Petra Lampiča, v letih od 1920 do 1945 posnetih na steklene plošče, ki jih hrani Muzej novejšje zgodovine Slovenije. Lampičeve posmrtno fotografije se osredotočajo na posameznika kot osebo tudi po smrti. Posmrtni portret prikazuje dopr-

sni, dopasni ali celo postavni portret, pogost predvsem pri fotografiranju dojenčkov in otrok. Umrli leži na mrtvaški postelji ali na mrtvaškem odru (na parah) v domači hiši ali mrliški vežici, obdaja pa ga različna pogrebna scenografija. Posmrtni portreti izkazujejo tako skrb za pokojnikovo truplo kot za njegov duševni mir – pripravo mrtvaškega odra in mize pred njim, oblačenje pokojnika v njegovo najboljšo obleko in obdajanje z religijskimi predmeti, ki naj bi mu skladno s katoliškim prepričanjem pomagali na drugem svetu. Med tovrstne predmete sodijo: blagoslovljena voda, s katero so kropili; blagoslovljena sveča, ki so jo imeli prižgano ob vzglavju, vznožju ali so mu jo dali v roke; Sveto pismo ali molitvenik, ki so ga umrlemu položili pod blazino, na prsi ali mu ga dali v roke; po telesu so mu polagali nabožne podobice; križec z relikvijami in rožni venec pa je dobil v sklenjene roke.

»Imam fotografijo pokojne stare mame z rožnim vencem v roki.« g. Peter Rajgelj

Postavitve mrtvega v položaj, ki močno spominja na spanec, sklenitev rok kot v molitvi ter okrasitev okolice z rožami, rastlinjem in žalnimi venci naj bi umrlemu olajšale potovanje v onostranstvo. Prikaz umrlih, kot da spijo, je povezan z željo po mirni ali dobri smrti in z verovanjem, da ljudje po smrti končno najdejo mir, si odpočijejo od življenja in odidejo na lepši kraj.

Posmrtna fotografija je bila pogosto zadnji in edini spomin na umrlega, posebej pri smrti dojenčkov in otrok. Služila naj bi kot pripomoček, ki omogoča zavedanje in sprejetje realnosti smrti – tako soočenje s smrtjo ljubljene osebe kot tudi z lastno umrljivostjo.



»Moj brat dvojček je umrl, ko je bil star pet mesecev. Slikali so naju skupaj, ko je ležal doma na parah. Imam to fotografijo.« ga. Bronka Urh

Velja prepričanje, da so bile posmrtna fotografije včasih splošno sprejete. Za slovenski prostor pa etnolog Janez Bogataj ugotavlja, da se je tovrstne fotografije hranilo v posebni škatli ali v posebnem albumu, na posebnem mestu. Svojci so jih pokazali, ko se je zbrala širša družina, ko so obujali spomine in je pogovor tekel o pokojni osebi. Pogosto so jih tudi pošiljali oddaljenim sorodnikom, ki se niso mogli udeležiti pogreba.

»Možev brat je umrl star 21 let. Vsi smo se slikali z njim in potem dobili to sliko za spomin. Sliko so poslali tudi sorodnikom v Ameriko.« ga. Bronka Urh

»Imam fotografije pogreba mojega moža.« ga. Ivanka Todorović

Včasih so bili ljudje bližje smrti, saj so bili intimneje vpeti v proces umiranja. Sorodniki in prijatelji so skrbeli za umirajočega, kasneje pa tudi za pokojnikovo truplo – umivanje, pogreb, pokop – in nudili podporo žalujočim tudi po pokopu.

Medijski prikazi smrti kot nasilne, nepotrebne in nepravilne kažejo popačen pogled na samo naravo smrti. Zaradi napredka v medicini in negi, ki podaljšuje življenjsko dobo, se smrt prikazuje kot neuspeh in zadrego. Medicina si prizadeva podaljševati in ohranjati življenje, včasih za vsako ceno. Mnogo ritualov se je opustilo. Starost, bolezen in smrt so pogosto predstavljene negati-

vno, v nasprotju z mladostjo, vitalnostjo in življenjem, ki predstavljajo ideale sodobne zahodne družbe. Vse to povzroča neoseben odziv posameznika in krepitev zanikanja smrti.

Če sta včasih ideal predstavljali mirna, spokojna smrt in obljuba onostranstva, ga danes predstavlja ne-smrt oz. simbolna smrt, saj se posameznik sploh ne sooča več z mrtvim človekom, ampak zgolj s predmeti, ki predstavljajo njegovo smrt – krsto ali žaro, rožami, pogrebni venci.

Posmrtna fotografija danes v javno sfero vstopa predvsem preko sodobne avtorske fotografije. Po Branku Dimitrijeviću naj bi bil pomen in namen umetnosti ukvarjanje s tematiko, ki je v družbi manjka. Tako lahko vstop tovrstne fotografije v sfero umetnosti razumemo kot družbeno potrebo, da se smrt prikaže tudi na bolj osebni ravni, da se o njej govori in se jo detabuizira. Tudi mlad slovenski fotograf Matija Tomc skuša s svojim delom na nek način spregovoriti o življenju in smrti, o strahovih in stiskah, ki se ob umiranju dotaknejo nas vseh. S Slovenskim društvom Hospic sodeluje preko umetniškega projekta Facing Death (fotografiranje oseb pred in po smrti). »Ob gledanju post mortem portretov se zavem lastne minljivosti oz. se začnem spraševati, kaj minljivost sploh je. Zavem se omejenosti lastne percepcije prostora, časa in življenja nasploh.«

Zbrala in se pogovarjala s stanovalci  
**Gordana Mavrič Trobec,**  
**delovna terapevtka**

Vir:

•<https://radiostudent.si/kultura/objekt-meseca/posmrtna-fotografija>

•Jasna Jernejšek: Zadnji pogled – transformacija posmrtna fotografije v Sloveniji, magistrsko delo, FDV Univerze v Ljubljani, Ljubljana 2013

## KAJ SE JE DOGAJALO V ZADNJEM LETU

### SEPTEMBER 2020

☀ Prvo septembrsko soboto so nam s svojim nastopom polepšali člani Viške godbe. Živahna glasba je na terase, balkone in pred recepcijo Doma privabila veliko število poslušalcev.

☀ V tednu od 8. do 11.9. smo vsak dan izpeljali piknik za stanovalce posameznih nadstropij stare in nove hiše. Piknik je bil v času kosila, zunaj na prostem.

☀ 15.9. nas je obiskal Franci Kek, ki ga poznamo predvsem iz TV-oddaje Skrita kamera Francija Keka.

☀ 16.9. je bila na zunanji ploščadi sveta maša.

☀ 21.9. smo ob mednarodnem dnevu Alzheimerjeve bolezni v znak podpore izvedli Sprehod za spomin.

☀ 24.9. je po kosilu potekalo praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih septembra.

☀ 24.9. je v senzornem parku potekala novinarska konferenca 1. virtualnega maratona »Kolesarimo skupaj«. Kolesarsko akcijo sta izvedla fundacija



Neurotrust in Kolesarska zveza Slovenije. Prijavnina je bila v celoti namenjena donaciji – nakupu školjčnih stolov, s katerimi je nepomičnim ali težko pomičnim omogočeno zapustiti posteljo ali sobo. Tako smo kot enota Doma starejših občanov Ljubljana Vič – Rudnik prejeli en tak stol.

## OKTOBER 2020

☀ V začetku oktobra vsako leto praznujemo obletnico Doma, žal je praznovanje v oktobru 2020 potekalo nekoliko drugače. Med 5. in 7. 10. je direktorica Melita Zorec obiskala vse stanovalce, ki na Bokalcah bivajo pet ali več let. Namenila jim je nekaj besed in jih obdarila z majhno pozornostjo.

☀ Ob obletnici Doma je izšla tudi nova številka domskega glasila.

☀ 9.10. je bila v novi hiši sveta maša za stanovalce nove hiše.

☀ 14.10. je bila v stari hiši sveta maša za stanovalce stare hiše.

☀ 15.10. je vodstvo Doma izdalo obvestilo: »Zaradi izjemno slabe epidemiološke slike je bila Osrednjeslovenska regija razglašena za rdeče območje, velik porast okužb pa beležimo tudi v Mestni občini Ljubljana. Kljub temu, da v enoti Bokalce trenutno ne beležimo nobene okužbe s covidom-19, smo po po-



svetu z epidemiološko službo in domsko zdravnico v DSO Ljubljana Vič - Rudnik, enota Bokalce, sprejeli odločitev, da Dom začasno (od 16. 10. do predvidoma 2. 11. 2020) preventivno ZAPREMO za obiske in izhode stanovalcev izven območja Doma. Izjemoma bodo dovoljeni le obiski umirajočih stanovalcev na način ena zdrava oseba naenkrat, do 15 minut. Prav tako v navedenem času ne bomo izvajali storitve dnevnega varstva.«

## NOVEMBER 2020

☀ 12.11. so nam podoknico pripravili Rdeči noski. Med stanovalce in zaposlene so delili veselje, igrivost, nasmehe in optimizem – vse to smo v tistem obdobju tudi najbolj potrebovali.



## DECEMBER 2020

☀ 14.12. smo preko doživetega potopisnega predavanja odpotovali na Šrilanko. Predavanje s slikovitimi fotografijami in plesom nam je pripravila ga. Vesna Selan iz turistične agencije Oskar.

☀ 23. in 24.12. smo stanovalce presenetili s praznično voščilnico in posladkom.

☀ 30.12. nas je ga. Lilijana Gornik povezala z glasbeniki (Alex Orange, Sash Kuzma in Maja Založnik), ki so nam pod balkoni pripravili koncert.



## JANUAR 2021

☀ 14.1. »Skrinjica želja« je uresničevala želje.

☀ 27.1. Podoknico so nam ponovno pripravili Rdeči noski.

☀ 28.1. Z branjem odlomkov iz Svetega pisma smo se pridružili letošnjemu Svetopisemskemu maratoni in postali del



verige več kot stotih skupin širom Slovenije.

☀ 28.1. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih januarja (ter novembra in decembra). Stanovalce smo v sobi počastili s tortico in čestitko.

## FEBRUAR 2021

☀ 3.2. Obisk Bibliobusa.

☀ 16.2. Pustovali smo na drugačen način kot običajno. Pustne maškare so se odpravile po bivalnih enotah s »krofomobili« in vsakemu stanovalcu izročile krof. V vsako nadstropje posebej in v novo hišo je zapeljal po en »krofomobil«.

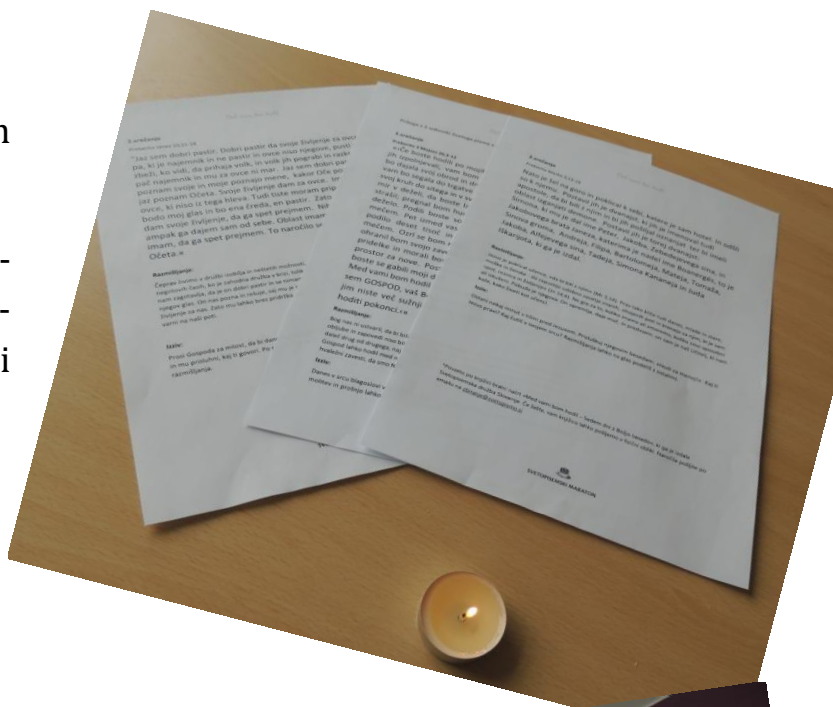
☀ 25.2. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih februarja. Stanovalce smo v sobi počastili s tortico in čestitko.

## MAREC 2021

☀ V tednu od 22. do 26. 3. smo vsak dan po različnih bivalnih enotah ustvarjali velikonočne dekoracije.

☀ 25.3. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih marca. Stanovalce smo v sobi počastili s tortico in čestitko.

☀ 31.3. Obisk Bibliobusa.



## APRIL 2021

☀ V tednu pred veliko nočjo so stanovanjci po bivalnih enotah sodelovali pri barvanju pirhov.

☀ 29.4. Predsednik Republike Slovenije Borut Pahor se je v okviru obiska vseh regijskih štabov Civilne zaščite sestal s štabom Civilne zaščite za ljubljansko regijo, ki je predsednika pripeljal tudi na obisk v enoto Bokalce. Predsednika so spremljali poveljnik Civilne zaščite Republike Slovenije Srečko Šestan, poveljnik Civilne zaščite Ljubljana Tomaž Iglič in svetovalec predsednika Boštjan Šefic.

Predsednika RS je sprejela direktorica Doma mag. Melita Zorec. Predsednik Pahor je nagovoril stanovalke in stanovalce, se jim zahvalil za njihovo razumevanje in potrpežljivost v izjemno zahtevnem preteklem letu, zaposlenim pa izrekel hvaležnost za njihovo profesionalno in požrtvovalno delo. V imenu stanovalcev se je predsedniku za obisk zahvalila predstavnica stanovalcev gospa Danica Petraš.

☀ 29.4. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih aprila. Stanovalce smo v sobi počastili s tortico in čestitko.

## MAJ 2021

☀ 5.5. Obisk Bibliobusa.



☀ 8.5. V okviru Kavč festivala nam je glasbeno točko pripravil pevec Jani Kovačič.

☀ 11.5. Zaposleni Zavarovalnice Sava so v okviru prostovoljstva, ki ga negujejo v tej organizaciji, z lončnicami razveselili stanovalce Doma.

☀ 27.5. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih maja. Stanovalce smo v sobi počastili s tortico in čestitko.



## JUNIJ 2021

☀ V mesec junij smo zakorakali dobre volje, ob dobri hrani in pijači, v prijetni družbi. Imeli smo piknik: 4.6. za stanovalce nove hiše, 8.6. za stanovalce 1. in 3. nadstropja stare hiše ter 9.6. za stanovalce 2. nadstropja in pritličja stare hiše.

☀ 9. 6. dopoldne so nam koncert pripravili člani Kvarteta Barje.

☀ 14. 6. Po devetih mesecih so se stanovalci spet zbrali pri sveti maši, ki jo je na prostem daroval p. Pepi Lebreht.

☀ 17. 6. smo živahen dopoldan preživel v družbi Godbe ljubljanskih veterani.

☀ 24. 6. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih junija.

☀ 30.6. Obisk Bibliobusa.



## JULIJ 2021

☀ Mesec julij smo pozdravili s sladolednim piknikom v treh delih 6., 7. in 8. julija.

☀ 9.7. je bila na ploščadi sveta maša.

☀ 21.7. nas je z nastopom razvedril trobentar Anton Zupanc. Zaigral je različne melodije iz Mehike, Grčije, Afrike in drugih delov sveta, ter dodal tudi domače viže.

☀ 29.7. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev, rojenih julija.



## AVGUST 2021

☀ 11.8. je bila v okviru projekta Simbioza Mobilna@ otvoritev delavnice spoznavanja in uporabe sodobne komunikacijsko-interakcijske tehnologije.

☀ 13.8. je bila na ploščadi sveta maša.

☀ 18.8. Ponovno je bila organizirana delavnica spoznavanja in uporabe sodobne komunikacijsko-interakcijske tehnologije - projekt Simbioza Mobilna@.

☀ 20.8. Začetek sodelovanja v projektu »Zgodnje odkrivanje demence«, nov presejalni test na podlagi tehnologije podjetja BrainTrip.

☀ 26.8. Praznovanje rojstnih dni stanovalcev rojenih avgusta.





## ZAHVALA

Predvidevam, da bo ta naš časopis izšel v zadnjem tromesečju tega leta, zato naj izkoristim priložnost, da se vsem zaposlenim, ki skrbe za naše dobro počutje: od čistilk, receptorjev in vzdrževalcev do strežnega, negovalnega, kuharskega, pisarniškega in zdravstvenega osebja – skratka, vsem zaposlenim – zahvalim za dobro in prijazno delovanje.

Hvala vam!

**Marija Marolt,  
stanovalka**



Dne 19. 8. 2021 okoli polnoči je prišlo do požara v sobi nove hiše v enoti Bokalce.

Takoj po sprožitvi požarnega alarma so zaposleni, ki so za ravnanje ob takšnih primerih dobro in ustrezno usposobljeni, nemudoma evakuirali stanovalko, začeli z gašenjem požara ter obvestili gasilce in odgovorne osebe.

Zaposleni so se odzvali hitro, strokovno in skladno z vsemi veljavnimi protokoli ter tako zaščitili življenja stanovalcev in premoženje Doma. V požaru ni bil poškodovan nihče od stanovalcev in zaposlenih, materialno škodo pa v Domu še ugotavljamo.



Zahvaljujem se zaposlenim za takojšnje ukrepanje ob požaru,  
s čimer so preprečili najhujše.

Spoštovane sodelavke Lejla, Boža, Sara, Jagoda, Samra, Sanela, Marjana,

izrekam vam moje globoko spoštovanje ob vašem ravnanju pri požaru dne 19. 8. 2021 v sobi nove hiše. S hitrim in strokovnim posredovanjem ste zavarovale življenja stanovalcev in premoženje Doma, evakuirale gospo iz sobe ter izvedle vse aktivnosti po protokolih varstva pred požarom in obveščanja.

Ponosna sem na vas in mirna, ker vem, da boste vedno v kritičnih trenutkih opravile vse potrebno za dobrobit naših stanovalcev in Doma. Hvala, ekipa. Najboljše ste!

Gremo naprej.

Tudi Civilna zaščita je v svojem poročilu pohvalila vaše ukrepanje v tem požaru in poudarila, da ste reagirale hitro in pravilno. In to šteje. Bravo.

Binetu in Branetu se zahvaljujem, da sta se hitro odzvala. Brane, hvala, da ste »utišali« sireno.

Lepo je biti na čelu takšne ekipe.

**mag. Melita Zorec,**  
**direktorica**

## KORONA 2

Jeseni se korona je zopet vrnila,  
ker ona vseeno še ni rekla adijo.

Kot cunami je k nam pridrvela,  
da so se nam vsem zašibila kolena.

Na covid ladji zdaj vsi veslamo,  
in se kot vedno mi ne damo.

Na žalost tudi kakšnega veslača izgubimo,  
ampak se med seboj vseeno bodrimo.

Nadeli smo si kombinezone,  
da smo videti, kot da smo padli z lune.

Vlada zaprla je ceste, trgovine, lokale,  
le kaj še bo, če pride do novega vala.

Vsi dobri možje nas bodo decembra obiskali,  
ampak na žalost samo na daljavo.

V novem letu vsi si želimo,  
da korona cepivo končno dobimo ...

**Mlaky**



**POD KLOBUKOM**  
OKTOBER 2021, št.21

Izdal: **Dom starejših občanov Ljubljana Vič - Rudnik, enota Bokalce**

Zanj: mag. Melita Zorec, direktorica

Uredniški odbor: mag. Melita Zorec, Gordana Mavrič Trobec,  
mag. Barbara Purkart, Branka Drobnič, Matej Peteh

Oblikovanje: Miha Papež

Lektoriranje: Tine Vučko

Fotografije: domski arhiv, osebna last stanovalcev

Natisnil: Grafični studio ART32 d.o.o.

Naklada: 100 izvodov