



# Doklady o SRENI

glasilo Doma Petra Uzarija Tržič št. 10

December 2013

# *Spoštovani stanovalci, sodelavci, svojci in vsi, ki prebirate te vrstice!*

V teh prazničnih dneh iztekajočega se leta 2013 so nas zaobjele lepe želje in dobre misli. Upam, da se nas bodo dotaknile in da se jih bo vsaj delčekuresničil.

Časi se spreminjajo, nekatere stvari pa kljub temu ostajajo. Moramo se znati v tem vrtincu izzivov in ohraniti mirno kri. Pomembno je, da smo sami sposobni spremeniti svoje življenje na bolje in da znamo vzpostaviti zdravo distanco do stvari, ki se dogajajo okrog nas. Kadar imamo svoj notranji mir, kadar sledimo svojemu srcu in sprejemamo življenje v vsej svoji lepoti, vemo, kaj nas v življenju res osrečuje in kaj je v našem življenju pomembno.

Ljudje potrebujemo človečnost, pozornost, razumevanje. Brez dobrih človeških odnosov ni dobrih rezultatov ne v zasebnem ne v poslovnem življenju.

V domu se srečujemo različne generacije, sodelujemo in negujemo sožitje. Več kot bo vsak izmed nas naredil iz srca, več bo sočutja in solidarnosti in tako bo bolje za vse ljudi.

Letos smo kljub težkim časom uspeli izvesti nekaj investicij, in sicer smo v kotlovnici zaradi dotrajanosti zamenjali kotel za toplo vodo, zamenjali stavbno pohošstvo v pritličju in prvem nadstropju ter pregradno steno v glavni jedilnici, priklopili smo se na javno kanalizacijsko omrežje, pripravili projektno in investicijsko dokumentacijo za energetske sanacije doma ter zamenjali pohošstvo v sobah stanovalcev na stanovanjskem oddelku 5. Hvala vsem za potrpežljivost in razumevanje. Leto za letom, korak za korakom, z veliko mero potrpežljivosti vseh nas prenavljamo in urejamo naš dom.

Vsi se nenehno trudimo za to, da smo uspešen dom, v katerem se varno in dobro počutimo. Kot vsa leta do sedaj se bomo tudi v prihodnje s sočutjem odzivali na potrebe ljudi, saj želimo ostati dom, ki je prijazen ljudem v starejših letih in v katerega se radi vračamo tudi drugi.

Z veseljem lahko povem, da je letos naš dom ob krajevnem prazniku 4. julija in ob 50 letnici KS Bistrica pri Tržiču s strani Krajevne skupnosti prejel Zahvalo za uspešno sodelovanje in aktivnosti v krajevni skupnosti.

Vsak dan v letu 2014 Vam želim obilo iskrenih besed, pristrčnih nasmehov, miru, ljubezni in sreče, ki naj bodo vtakani v vsak trenutek življenja.

Srečno 2014!

mag. Renata Prosen,  
direktorica

## ŽELJE

Malček bi rad novo igračo,  
rdeč avto ali pa fračo.

Malčica želi še eno punčko,  
ki joka, lula in pomežikne.

Šolar mali, da šola ponikne,  
naj jo pogoltno zmaj tolovaj.

Dijak zre v nebo in čaka,  
da ura mine in maturiral bo kdaj.

Študentje so veseljaki pravi,  
premikajo gore po svoji postavi.

On si želi, da njegova je vlada,  
a ona lepotica večno mlada.

Leta letijo, bežijo  
in želje velike oči dobijo.

A bolni si le zdravja želi.  
O, Bog!

Daj da se tudi njemu želja uresniči!

Tanja Ahačič



### POKLON JESENI

Glasilo Doma Petra Uzarja Tržič

Direktorica: mag. Renata Prosen

Uredniški odbor:

Marjeta Šumič, dipl. delovna terapevtka

Tjaša Kuhar Čimžar, zdravstveni tehnik

Tanja Ahačič, prostovoljka in odgovorna urednica

Na naslovnici je izdelek stanovalcev

ISSN: 1855 - 685X

# POKLICI V DOMU

## Zdravstveni tehnik



Zdravstveni tehnik ali srednja medicinska sestra mora imeti human in odgovoren način delovanja v odnosu do bolnika, sodelavcev in družbene skupnosti. Prav tako mora poznati pomen zdravja, katerega varuje ter pospešuje in obnavlja pri sebi, posamezniku, družini in družbi. Mora imeti znanje za izvajanje postopkov zdravstvene nege. Pogoji za uspešno opravljeno delo so strokovno znanje, etična odgovornost, zavedanje strokovnih pristojnosti in doslednost delovanja v zdravstvenem timu.

Pomoč sočloveku je temeljni motivator pri delu zdravstvenega tehnika hkrati pa je to tudi glavni vzrok za izbiro tega poklica. S svojo profesionalno samopodobo predstavlja in zastopa svojo poklicno skupino oziroma zdravstveni tim.

Dober zdravstveni tehnik naj bi imel naslednje osebnostne poteze: prijaznost, ljubeznivost, čustveno zrelost, trdnost, uravnovešenost, občutek odgovornosti, sposobnost za opazovanje, iznajdljivost, prilagodljivost, spoštovanje, ustrežljivost, življenjski optimizem, humornost,...

Zdravstveni tehnik pomaga posamezniku, družini, starostniku ali družbeni skupini pri ohranjanju in utrjevanju zdravja, preprečevanju bolezni ter skrbi za bolne in invalidne osebe.

Prav tako ugotavlja potrebe, ki jih pacient ali oskrbovanec potrebuje. Načrtuje, izvaja in nadzira zdravstveno nego. Dokumentirati mora postopke zdravstvene nege, vzdrževati mora dobre stike z varovanci, svojci in člani zdravstvenega tima. Vodi negovalni tim ter organizira njegovo delo in člane sproti obvešča o vseh novostih. Organizira, spremlja ali izvaja predpisan diagnostično-terapevtski program. Ta poklic je tisti v nizu poklicev v zdravstvu, katerega izvajalci so pogosto prvi in zadnji na poti človekovega življenja – prisoten je ob rojstvu in ob smrti. Imeti mora čut dolžnosti do sočloveka, do bolnega posameznika. Znati mu mora nuditi pomoč, ki jo potrebuje. Pri tem pa se ne sme omejiti strogo na rutino.

Delo zdravstvenega tehnika je v večini primerov hvaležno delo, se pa najdejo primeri, ko lahko tak delavec naredi vse v njegovi moči za pacienta ali oskrbovanca, pa te hvaležnosti ne uživa.

Zdravstveni tehnik naj bi se pri svojem delu držal naslednjega reka: "Kdor hoče videti, mora gledati s srcem."

Tjaša Kuhar Čimžar

## *Dalibor Bubulj, družabnik*

Za delo družabnika sem se odločil, ker sem rad v družbi ljudi in rad pomagam starejšim osebam. Delo me, iskreno povedano, zelo veseli, ker sem tudi sam družaben in komunikativen človek, ki vedno rad prisluhne in pomaga. Ko zaključim svoj delavnik, se mi dan hitro konča in se naslednji dan z veseljem odpravim zopet v službo.

## *Melita Kosem, družabnica*

Delo z ljudmi me izredno veseli tako, da v delu družabnice zelo uživam. Sem pozitivna oseba in želim si s tem delom pridobiti nova znanja in izkušnje. Delo s stanovalci mi je všeč, zato se vsak dan znova rada vračam k njim.



# KO GRE TVOJA POT OD TOD

## *Proti novim izzivom*



Ko sem pred enajstimi leti prvič prestopila prag velike hiše, ki tako ponosno stoji na obrobju naselja in s svojo mogočnostjo kot stražar čuva okoliške hiše, sem vedela, da bom s temi koraki popisala nov list v svojem življenju kot srednja medicinska sestra. Vse je bilo novo. Novi obrazi, hodniki, ki so se kot labirint vili pred menoj ter vsepovsod stopnice. Moja prva misel takrat je bila, da si nikoli ne bom uspela zapomniti, kam vse te stopnice vodijo. In vsi ti hodniki. Hodniki, kjer sem srečevala toliko novih obrazov. Zaposlenih, mojih novih sodelavcev, stanovalcev in njihovih svojcev. Vendar so vsi ti s

svojo prijaznostjo pomagali, da sem si kaj hitro zapomnila vsa imena, priimke, kdo je lastnik katere sobe in nenazadnje tudi to, kje se končajo vsi ti hodniki in stopnice. Služba postane tvoj drugi dom, stanovalci in zaposleni so kot družina in skupaj z njimi tvoriš neko celoto, za katero upaš in misliš, da je sožitje različnih generacij. Leta pa so tekla. Kmalu je na plan pokukala skrita želja po nadaljnjem izobraževanju. Moj cilj je bil postati delovna terapevtka. Z vztrajnostjo in veliko motivacije mi je uspelo. Ko sem v rokah držala diplomo, sem vedela, da je s tem ves moj trud poplačan. Časi pa se spreminjajo, postajajo drugačni. Pravijo, da je vsaka stvar za nekaj dobra in za nekaj slaba. Ni bilo lahko po vseh teh letih zapustiti svoje druge družine, ljudi, s katerimi si preživel toliko lepih trenutkov in jim s svojim delom polepšal dan ter jih razveselil z malenkostmi, katere so tako zelo pomembne v življenju. Na žalost pa se vsi v vsakodnevnem, norem tempu premalo zavedamo, da so ravno te malenkosti lahko razlog za nasmeh in lažji korak sočloveka. Prepričana sem, da bom kot dobra delovna terapevtka ljudem še nešteto krat privabila nasmeh na obraz, jim polepšala dan in s svojim delom prispevala pomemben del k sestavljanju še nedokončanega mozaika. Del tega mozaika pa ste tudi vi. Vsak posameznik je prispeval svoj del, pa naj bo to še tako majhen, bo na koncu del sestavljene celote. Hvala vam za to čudovito izkušnjo!

Za konec pa bi vam v prihajajočem letu zaželela predvsem obilo zdravja. Saj veste, če je zdravje je vse. Pa ne pozabite na nasmeh, pozdrave in prijaznost do sočloveka. S tem boste majhnim ljudem pomagali, da se bodo počutili velike. Srečno!

Maja Perko

# SKOZI ODPRTA VRATA

## Varstveno delovni center Kranj – enota Tržič



Smo javni zavod, ki izvaja storitev varstva, vodenja in zaposlitve pod posebnimi pogoji za odrasle osebe z motnjo v telesnem in duševnem razvoju. Enota Tržič je bila ustanovljena leta 2000. Začetki sodelovanja med VDC Kranj – enoto Tržič in Domom Petra Uzarja segajo v sam začetek delovanja tržiške enote, ko je bila naša varovanka Štefka obenem tudi stanovalka v domu. Sodelovanje se je pričelo preko strokovne delavke, ki v domu vodi delovno terapijo in takratne vodje enote v Tržiču, nato pa se je, kot se za dobre stvari tudi spodobi, razširilo tudi med stanovalce in varovance.

V teh letih sodelovanja smo marsikaj počeli skupaj: večkrat smo bili povabljeni v dom na razna družabna srečanja ali piknike. Zanimivo je bilo opazovati, kako so se na začetku varovanci in stanovalci držali vsak zase, nato pa kmalu ugotovili, da se kdo od nekje pozna, da so bili morda nekoč sokrajani, sosedje, da so morda še celo v sorodu. Pogovori so stekli, obujanje spominov, pošiljanje pozdravov.

Zmeraj smo se z veseljem odzvali povabilom na obisk. Če smo pripravljali kakšen nastop, naj si bo to recitacija, pevski nastop, ples ali igra, vedno smo z veseljem gostovali v domu, popestrili kakšno dopoldne in se veselili aplavza stanovalcev.

Kar nekaj projektov smo skupaj izvedli. Zadnji je bil projekt medgeneracijskega sodelovanja v likovni delavnici pod mentorstvom Vinka Hlebša, ki si ga kot mentorja in prijatelja delimo z domom. Po koncu projekta smo lansko leto v prostorih doma razstavili skupna likovna dela, ki so nastala na tej delavnici. V veselje nam je, da se projekt letos nadaljuje.

Vsaj enkrat letno nam v domu prijazno ponudijo vitrine v avli, kjer lahko na ogled postavimo izdelke, ki nastajajo pod spretnimi rokami naših varovancev in mentorjev v VDC-ju. Navadno izdelki vzbudijo kar nekaj radovednosti pri stanovalcih in obiskovalcih,

zato smo se dogovorili, da bodo letos stanovalci obiskali nas v naših prostorih in se lahko sami preizkusili v oblikovanju gline in izdelavi voščilnic. Varovanci že komaj čakajo, da nas obišejo in da bodo lahko oni mentorji stanovalcem in jih kaj novega naučili, stanovalci pa bodo lahko izrazili svojo umetniško žilico.

Čas pa teče tako hitro... Trudimo se zapolniti ga z lepimi dogodki, srečanji, ustvarimo si lepe spomine. Staramo se vsi, tudi naši varovanci. S stanovalci v domu imajo vsako leto več skupnega. Tudi zato bomo to prijateljstvo negovali še naprej in si še kdaj polepšali kakšno dopoldne.

Ana Gračnar in Marjetka Nikolić

## Mladinski center Tržič na obisku v Domu Petra Uzarja

Mladinski center Tržič je socialno - varstveni preventivni program Centra za socialno delo Tržič, ki nudi pomoč otrokom, mladostnikom in njihovim staršem, ki se v svojem življenju soočajo z različnimi težavami in zaradi svoje stiske potrebujejo podporo in pomoč. Organiziramo tudi popoldanske pristočasne aktivnosti, v katere se lahko vključi vsak otrok/mladostnik, ki biva v občini Tržič. Naš program je uporabnikom na voljo od ponedeljka do petka od 10:00 do 18:00. Od 12:00 do 14:30 lahko mladi v miru in ob pomoči zaposlenih opravijo šolske obveznosti, potem pa se začnejo naše pristočasne aktivnosti, ki vključujejo družabne igre, ustvarjalne delavnice, treninge socialnih veščin, izobraževalne delavnice ter športne in zabavne aktivnosti. Od 16:00 do 18:00 pa je program namenjen različnim skupinam ter individualnemu delu.

Zavedamo se, da je povezovanja mlajše in zrelejše generacije izjemnega pomena, zato otroci in zaposleni Mladinskega centra Tržič vsak mesec obišejo naše prijatelje v Domu Petra Uzarja. Skupaj se igramo družabne igre, prijetno pokramljamo in izvemo marsikaj zanimivega. Za vsakega od nas so njihove zgodbe podarjen delček preteklosti, ki je sami ne bomo imeli nikoli priložnost izkusiti. Zato se vedno znova z velikim veseljem skupaj z njimi odpravimo na popotovanje v čase, ko je bilo vse drugače...

Mnenja naših MC-jevcev so sledeča:

Pia Dolenc: »Vedno sem vesela, ko grem, saj se rada družim z mojimi novimi prijatelji in se z njimi pogovarjam o njihovi preteklosti.«

Urban Česen: »Lepo se mi zdi, da se spoznamo s starejšimi ljudmi, da se pogovarjamo in izvemo, kako je bilo včasih.«

Vlera Zejnullahi: »Rada grem v Dom Petra Uzarja. Všeč mi je, da si gospe vzamejo čas in se igrajo z nami.«

Lazar Kukić: »Všeč mi je bilo, da smo stanovalce lahko naučili igrati enko. Oni pa so nam pokazal, kako se igra šah.«

Nemanja Maksimović: »V Domu Petra Uzarja mi je bilo všeč, ko smo se igrali šah in je gospod Rudi vse premagal. Naučili smo se tudi novo igro z dominami.«

Tjaša Gričar: »Rada se družim s starejšimi, ker so zanimivi in zabavni. Spominjajo me na mojo babico in dedka.«

Iris Šober, Katarina Kuzma, Anita Štular



## MISLI SVOJCEV NAŠIH STANOVALCEV

### Zahvala!

Hvaležni smo Vam za 12 let predane in ljubeče skrbi za našo najdražjo mamo Majdo Klemenčič, ki je delila preostanek svojega življenja z Vami. Spominjamo se Vas s hvaležnostjo in spoštovanjem.

*Postajajo, polagajo roke v krilo*

*in so voljne sedeti z mano,*

*poslušati veter in skupno bitje src*

*ter govoriti besede, okrogle,*

*ki jih zdaj znamo izreči preprosto,*

*zaupno, kot govori zemlja svoje sentence.*

*(Tone Pavček, Večni krog)*

S spoštovanjem!

Staša in Nina Matjaž

### Zahvala!

Lansko leto, meseca junija, sem bila za mojo mami Stanislavo Marijo Šober zaradi poslabšanja njene bolezni, prisiljena poiskati namestitve v vašem domu. Odhod v dom je bil za naju obe neke vrste šok, saj je bila mami do takrat samostojna, neodvisna ter bolj ali manj ni potrebovala pomoči, saj je uspela vse urejati in opravljati še sama.

Vaši zaposleni so ji že takoj ob prihodu v dom pomagali pri vključitvi v neznano okolje, ki naj bi postalo njen dom. In vaš dom je res takoj postal njen dom, zaposleni v njem pa njena druga družina.

Zaradi napredovanja bolezni, je bila moja mami priklenjena na posteljo, tako, da so vrata in okno njene majhne sobice postali

meja njenega sveta. Vaše osebje ji je lajšalo tegobe vsakdanjega življenja in jo opogumljalo v boju s težko boleznijo. Vaša dekleta in fantje (oprostite, da jih tako po domače imenujem) so ji v sobo vsakodnevno poleg pomoči pri osnovnih življenjskih opravilih prinašali mnogo sonca in človeške topline. Vedno so poskušali pomagati, ji vlivali pogum, jo tolažili in pomirjali. Vsak dan sem prihajala na obisk in vse to opazila. Toliko srčnih ljudi na kupu, ki jim služba ne pomeni le hoje na »šiht«, da mine tistih predpisanih osem ur, zlepa ne najdeš. Ne vem, če sem jim v tem letu izrazila dovolj zahvale in priznanja.

Mami je umrla 21. maja ponoči, vaši zaposleni so ji pomagali ohraniti človeško dostojanstvo do njene zadnje ure. To, kar so v tem letu storili za mojo mami in posredno tudi zame, ne bom nikoli pozabila. Iskrena hvala za vse. Ne bom naštevala imen, da ne bi nehote koga izpustila in prizadela.

Želim vam veliko uspehov pri vašem plemenitemu delu in vas lepo pozdravljam.

S hvaležnostjo,

Anka Markič

### Naš Joža

Mineva že petnajst let, odkar sem hodila na tečaj Hospica, na katerem so nas učili, kako pomagati ljudem v bolezni, jih obiskovati v domu starostnikov in podobno. Nikoli nisem delala v skupini, čeprav sem skoraj vsak teden prišla v dom. Obiskovala sem prijatelje, sorodnike, znance in tudi ljudi, ki niso imeli obiskov, saj se mi zdi, da je prav vsak človek, ki rad hodi v dom, dobrodošel.

Res sem veliko doživela v teh letih, danes pa pišem zato, ker mi je v srce segla novica, da nas je zapustil Joža Močnik. Zadnje čase namreč obiskujem njegovo ženo, mojo sošolko. Videla sem, da nekateri znajo poskrbeti, da se imajo lepo tudi v domu. Joža je svojo ženo vsak dan peljal na sprehod, jo razvajal

s kavico, tortico, ... Nikoli ni »jamral« in se pritoževal, vedno je prihajal urejen in poklepetal z vsakim. Vesel je bil vsakega mojega obiska pri Francki, vedno me je pospremil do vrat, skratka, znal je reči HVALA.

Žal je Francka izgubila dobrega moža, dom pa osebo, ki je v tej zgradbi znala delovati toplo, pozitivno in vzpodbudno. Naj Joža počiva v miru.

Joži Pogačar



## Spet v Piran

»Seveda grem na morje, bog ve kolikokrat bom lahko še šla,« so bile besede nekaterih stanovalcev, ki so bili še vedno pod prijetnim vtisom lanskoletnega izleta v Piran, zato je ostala želja oziroma obljuba, da izlet ponovimo. Nekaj sponzorskih sredstev nam je še ostalo in vodstvo doma se je odločilo ugoditi želji stanovalcev. Samo na lepo vreme je bilo še treba počakati.

In smo ga dočakali. Po nekaj deževnih dnevih se je vendarle prikazalo sonce. Petek, 13. septembra, je bil za nas srečen in zelo prijeten dan. Na poti do morja smo slišali nekaj zanimivosti o naši obali, ki jo, čeprav je kratka, marsikdo od nas premalo pozna. Ob morju nas sicer ni pričakalo sinje modro nebo, a je bil dan topel in prijeten, morje pa mirno, ko smo se po slabih dveh urah vožnje pripeljali v Strunjan. Tu nas je že čakala ladjica in prijazni kapitan, ki nas je toplo sprejel in nas odpeljal na uro dolgo vožnjo ob obali do našega najlepšega obalnega mesta

Piran. Z morja se nam je ponujal čudovit pogled na slovite strunjanske pečine in mesto Piran.

V Piranu smo se izkrcali v marini pod Tartinijevim trgom in se vklopili v mestni vrvež. Skupinska fotografija na pomolu, nato pa sprehod po kamniti poti do gostišča »Tri vdove«, kjer so nam postregli z okusnim kosilom. Vsem nam je že prav dobro del.

Zakaj vse lepe stvari tako hitro minejo? Po kosilu le še sprehod do Tartinijevega trga, kakšen spominček in razglednica z lepimi pozdravi in že se poslovimo od najlepšega mesta Pirana, mesta z dušo, pravijo.

Da smo se lahko nadihali morskega zraka in se imeli tako lepo, so nam omogočili naslednji sponzorji: SI-BAU Škofja Loka, ŠI-MONT Škofja Loka ter krajanji Zvirč pri Tržiču, ki so v okviru akcije civilne iniciative zbrali denarna sredstva za naš dom. Vsem iskrena hvala, hvala pa tudi Igorju, šoferju avtobusa, za mirno in varno vožnjo ter vso potrpežljivost in dobro voljo!

Marjeta Šumič



# Sirarski dan v Domu svetega Martina



V mesecu oktobru smo se odzvali vabilu in obiskali Dom Svetega Martina v Srednji vasi v Bohinju. Sama sem se odzvala povabilu naše terapevte Marjete zato, ker me zanima, kakšni so še drugi domovi za upokojence, pa še vozim se rada po naši prelepi domovini. S kombijem smo se ob 8.45 dobre volje odpeljali skupaj še s stanovalci kranjskega doma upokojencev. Po slabi urici vožnje pa smo srečno prispeli na cilj.

Na vzpetini smo zagledali poleg župnišča prijazno stavbo, zgrajeno v domačijem slogu obloženo z lesom. Zunanost doma je zelo lepa in prav tako notranost.

Naj povem dve zanimivosti. Dom je bil zgrajen po načrtih arhitekta Žepiča, našega tržiškega rojaka iz Pristave. Več kot polovico denarja za izgradnjo doma pa je darovala Majda Kromar, dobrotnica doma iz Bohinja, ki je več let živela v Švici. Za to plemenito in človekoljubno dejanje so jo Bohinjci razglasili za častno občanko.

Pričakala in pozdravila sta nas direktor doma Jože Cerkovnik in glavna medicinska sestra Janja Duh, ki je nekoč delala pri nas in nam je kar žal, da smo jo izgubili. A tako je življenje. Nato pa so nam v veliki avli doma postregli jutranjo kavico, ki se nam je že zelo prilegla. Zbrano smo poslušali predstavitev doma in izvedeli, da je dom namenjen v glavnem prebivalcem Bohinja, v katerem biva 77 stanovalcev. Bohinjski dom ima enake strokovne službe kot naš dom.

Da pa nismo kar obsedeli, nam je pozornost pritegnil Dušan Jovič, ki nam je predstavil Sirarsko pot, ter razložil potek izdelave sira v bohinjskih planšarijah. Nato smo se odpeljali v Planšarski muzej, kjer je na ogled postavljenega mnogo starega orodja za košnjo ter stari kotli in pripomočki za izdelavo sira. Izvedeli smo, kako je v Bohinju zacvetela industrija za izdelavo blagovne znamke »Bohinjski sir«.

Ko smo se vrnili v dom, nas je upokojeni župnik Franc Vidmar, ki je tudi sam stanovalec doma, odpeljal v domsko kapelico, kjer smo skupaj zmolili krajšo molitev. Franc Vidmar je nekoč služboval v Trziču, mene je celo spoznal in me poklical po imenu.

Počasi se nam je začel oglašati želodec in glej, že je bilo pripravljeno nadvse okusno kosilo, da ne rečem – kuhano z

ljubeznijo. Prisrčna hvala za to pogostitev. V prijetnem vzdušju ostaja želja, da se še kdaj srečamo, morda tudi v našem domu.

Prišel čas, da se poslovimo in se zahvalimo za gostoljubje. Hvala vsem! Drugič pa ponovno na izlet.

Metka Kavčič



## Ob razstavi likovnih del Mirka Majerja



Verjetno v Trziču obstaja le malo ljudi, ki Mirka Majerja ne poznajo. Tržičani smo ga enostavno vzeli za svojega. Zaradi njegovih naprednih in mnogih uresničenih idej, je prepoznavnost mesta Tržič že davno preseгла mestne in tudi državne meje, njegovo umetniško udejstvovanje in ustvarjanje pa je pustilo pečat za naslednje generacije.

Nedavno je dopolnil 89. leto in tako kot marsikomu, tudi njemu življenje ni prizanašalo, a mu je kljub vsemu uspelo ohraniti življenjski optimizem, pozitiven pogled na življenje ter občutek



za lepo. Kot bi hotel z izvirom ustvarjalnosti kljubovati vsem viharjem. Rezultat njegove neustavljive želje po umetniškem izražanju je tudi razstava likovnih del pod naslovom ŽIVLJENJE KRAŠKEGA GRMIČEVA RUJA, s katerim ga je navdušila njegova prijateljica Slavica Dujc.

Prireditvev ob odprtju razstave je bil prijeten in sproščen dogodek. V kulturnem programu se je predstavil domski pevski zborček in citrarka Karmen Toromani. S svojo prisotnostjo nas je počastil tudi tržiški župan mag. Borut Sajovic. Vsi, ki smo bili prisotni, smo bili deležni veliko pozitivne energije in nalezljive dobre volje.

Iskrene čestitke ob razstavi, dragi Mirko!

Marjeta Šumič



Lepota ruja, razkošje barv brez primere v naravi!

## Strokovna ekskurzija v Nemčijo

Od 20. do 21. septembra 2013 se je deset zaposlenih našega doma udeležilo strokovne ekskurzije v Nemčijo, skupaj še z zaposlenimi Doma Bežigrad, Centra slepih in slabovidnih Škofja Loka ter Doma starejših na Fari Prevalje.

Pot nas je s krajšimi vmesnimi postanki, kjer smo si privoščili jutranjo malico, vodila do romarskega središča Altotting, kjer nas je ob 10. uri pričakalo deževno in hladno vreme. Pod vodstvom vodičke smo si ogledali staro kapelo in cerkev.

Nato smo se odpeljali do Algasinga, kjer se je ob 12. uri pričel strokovni del naše ekskurzije. Franz Weiser nas je po kratki dobrodošlici seznanil z njihovim poslanstvom in delom v domu BAYRNHERZIGE BRÜDER ® ALGASING, ki ga je ustanovil Red usmiljenih bratov l. 1967, ko je ustanova začela tudi delovati kot dom za prizadete osebe. L. 2003 pa so v njem pričeli tudi z zaposlitvenimi delavnicami.

Temeljna filozofija reda je: Delaj to, kar ti srce veleva. Prepoznati moraš stisko bližnjega in videti, kaj lahko dobrega narediš, da bo tudi drugemu dobro.

Na Bavarskem je pet podobnih ustanov za prizadete osebe, poleg bolnic in vrtcev, ki jih je red ustanovil.

Dom je namenjen osebam v duševnem razvoju ter osebam z Mb. Huntington. V njem je 232 mest za stanovalce, ki tu bivajo, 120 mest za tiste, ki so vključeni v delo v delavnici Sv. Jožefa ter 18 mest v delavnici, kjer stanovalce vzpodbujajo k delu in kreativnosti.

To je socialna ustanova, zagotovljena pa je tudi medicinska oskrba. Zaradi velikega povpraševanja so l. 2007 ustanovili še eno skupino za dnevno bivanje.

V domu razvijajo koncept samopomoči ter stalnega sodelovanja z družinami stanovalcev. S stalnim spremljanjem želijo omogočiti samooskrbo in samostojno odločanje posameznika na podlagi pravnega in etičnega vidika, ki izhaja iz tega, da ima

vsak človek pravico odločati o vsem, kar zadeva njegovo življenje. Sam se odloča o tem ali ga imamo pravico oživljati takrat, ko pride čas za to, uvesti sondno prehrano, agresivno zdraviti, ... obsoditi na takšno življenje. V ospredje postavljajo kvaliteto življenja posameznika. Sodelovanje z družinami in svetovanje poteka ves čas, tako da se svojci lažje odločajo o vsem. Veliko se pogovarjajo tudi o paliativni obliki pomoči ter o obiskih duhovnika, če to želijo.

Pomoč stanovalcem temelji na: primerno grajenemu in opremljenemu okolju, telesni negi, bazalni stimulaciji, terapevtskih vajah, gibalnih aktivnostih in sprehodih, kreativnih aktivnostih (glasba, oblikovanje, slikanje, igra, branje), kopanju, obisku kavarne, kino predstav, gledališča, izletov, terapije z živalmi, verskih obredov, medicinsko terapevtski pomoči. Vsaka storitev izvira iz koncepta, da je vsaka aktivnost s stanovalcem terapija.

Po predstavitvi v skupnem prostoru so nas popeljali po okolici in po notranjih prostorih. Sproti so nas seznanjali z njihovim delom, pripomočki: posebno izdelani počivalniki, stoli, ki preprečujejo padec vznak, individualno izdelane postelje, prilagojena oprema v kopalnicah, aparat za drobljenje terapije, ... Vsi pripomočki so prilagojeni uporabnikom. Trudijo se, da bi zagotovili čim boljše življenjske pogoje vsakemu posamezniku.

Ker se pri teh bolnikih že zgodaj pojavijo težave z motoriko in slabljenje mišic, posvečajo veliko pozornosti ohranjanju telesne kondicije. Franz Weiser se v zadnjem času veliko posveča omogočanju mobilnosti in svobodi gibanja stanovalcev, saj le-ta ogromno doprinese k večji kvaliteti življenja posameznika. Prilagodili so kolesa, tako da jih uporabljajo tudi delno pomični oz. težje pomični stanovalci. Nekaj teh koles smo tudi samim preizkusili.

Nato smo si ogledali trgovnico z izdelki, ki so jih ustvarili

v delavnicah v sklopu dnevnega centra, ter nekaj tega tudi nakupili.

Po zaključku v Algasingu okoli 18. ure, smo se odpeljali proti mestu Burghausen, kjer smo se nastanili v hotelu. Po okusni večerji je sledil večerni ogled starega mestnega jedra Burghausna ter se sprehodili skozi najdaljši grad v Evropi. Izvedeli smo, da je to mesto pobrateno z mestom Ptuj.

Naslednji dan smo imeli do 11. ure dovolj časa, ki smo ga izkoristili za dnevni ogled starega mesta in potep po novejšem delu mesta. Nato pa našo pot nadaljevali proti Kimskem jezeru, kjer smo se z ladjico popeljali na otok Herreninsel. Tu je sledila pot do gradu Ludvika II. Bavarskega, ki ga obdaja prelep park z veličastnimi vodometi.

Po zaključenem ogledu nas je čakala samo še dolga pot proti domu, bili smo prijetno utrujeni in polni novih vtisov in informacij.

Rudi Sluga, Marjeta Šumič, Silva Štiherl



## NAŠI 90-LETNIKI



Marija Karo



Ana Blatnik



Lovrenc Zakotnik

*Iskrene čestitke*

# PODOBA V ZRCALU

## Metka Kavčič ... samo umreti ne smeš pa dočakaš 99 let



24. septembra 2013 je bila v Knjižnici dr. Toneta Pretnarja Tržič literarna prireditev Jesenske Besedarije, na kateri je Metka Kavčič predstavila svoj življenjepis. Obiskovalci so jo z navdušenjem pozdravili in prisluhnili njenemu branju. Ko so videli še njen rokopis, kako natančno in čitljivo je napisan, so čestitke kar deževale.

Če dolgo živiš, marsikaj preživiš. Metka Kavčič je preživela cesarja, kralja, nekaj predsednikov, tri vojne pa pet oz. šest držav, čeprav se je preselila le iz Loma v Tržič in sedaj v Ročevnico.

Dobila sem povabilo in ob tem željo, da povem, kako se živi, da se pride do tako visoke starosti.

Odgovor je kratek in jasen. Že pri rojstvo je usoda zapisana človeku, do kdaj boš živel.

Kako boš živel – pa je geslo »Moli in delaj!«

Rojena sem bila 1914. leta v Lomu pr'Robež. To je kmetška domačija, pri kateri je bila tudi gostilna- prva na vasi, že od 1860. leta. Zaradi Robeževih bržol je bilo poznanstvo te jedi celo na Dunaju, od koder so dosti k nam prihajali ljudje kot turisti.

Prva svetovna vojna se je začela leta 1914 in oče je moral iti k vojakom, na vojsko na Tirolsko. Jaz sem bila stara takrat 10 dni in mama je morala sama skrbeti za družino. V veliko pomoč sta ji bila stara starša.

Ko pa je oče po 4 letih prišel iz vojske domov, pa jaz nisem doumela klica: »Ata je prišel!« Kje pa je bil do sedaj, zato sem očeta bolj od strani ogledovala. Res je bil pravi ata in kmalu je zaživelo pravo družinsko življenje na vasi.

Bilo nas je 8 otrok in dosti skrbi, kako vse usmeriti srečno na življenjsko pot.

Za nas otroke je tudi prišel čas, da gremo v šolo, med ljudi in v svet iskat življenjske sreče.

V šolo smo hodili iz Loma v Tržič in to v vsakem vremenu, naj je

bil dež, nevihta in tudi snega do kolen, ni bila nobena ovira.

Jaz sem hodila še v meščansko šolo in po dobrem nasvetu g. ravnatelja Albina Lajevca, naj obiskujem še obrtno šolo. Obrtna šola je bila tudi ob nedeljah. To svetovanje sem z veseljem sprejela. Mene je pripeljal čas res srečno na življenjsko pot. Še kot dijakinjo obrtne šole me je našel fant- in potem mož in skoraj nisem doumela, kaj se godi. Kot mož in žena sva takoj naročila dva otroke, fanta, in živeli smo z moževo mamo res veselo družinsko življenje. Dela sem imela mnogo, zato nisem hodila delat v tovarno. Poleg hišnega opravila sem šivala copate za čevljarja. Norma je bila 20 parov na dan. Dan je bil pri tem delu prekratek, moral si doštukati še v noč.

»Življenje pa teče in ne reče, le nasmeh je bolj grenak.«

Tudi nama z možem se je drugače obrnilo. Otrokova sta dorasla in šla v svet iskat sreče. Mama je tudi umrla. Ostala sva z možem sama. Meni pa se je zahotelo, da grem probat, kako se hodi na šiht.

Pri 50. letih sem si nakopala kar tri poklice.

Prvi poklic je bil, da kuham malico do 9h za 70 ljudi. To je trajalo samo 4 leta, zaradi popravila kuhinje.

Drugi poklic- kot šefinja prve Delikatese v Tržiču. Ta poklic pa je zahteval bolj uradni pristop. Morala sem prinesiti spričevalo od obrtne šole in narediti izpit o hrani.

Naj omenim vsaj nekaj dela pri tej trgovini. Še preden je bilo odprtje trgovine, si naredil že en šiht in to v zakulisju si kuhal šunko, narediti 50 sendvičev, ker med službo ni bilo časa, narediti naročene narezke in znositi material iz skladišča – in to vse sama. Vse to še pred odprtjem trgovine in biti pripravljen na pogovor z ljudmi z lepim prijaznim obrazom, tudi če imaš ranjeno srce.

Tudi Delikatasa je trajala 4 leta, ker se je tudi Mesarsko podjetje že zapiralo.

Med tem mi je umrl še mož in ostala sem sama in sem si zaželela mir.

Sledil pa mi je še tretji poklic. Zasledili so me mesarji in rekli: »Samevali pa ne boste.« Povabili so me v delavnico in takoj titulirali za mesarskega pomočnika. Ta služba je trajala tudi 4 leta radi prekinitve. V tej delavnici so se delale klobase. Tudi je bila norma : 300 klobas na uro zašpiliti. Mojster me je izzival, kdo jih naredi več, jaz sem jih naredila samo 10 manj, kar dobro kot novinka.

Vse pa mine, tudi žalostni pa tudi veseli trenutki.

Da pa nisem doma čakala, kdaj pride smrt, sem pa dam v Lom hodila delat na polje. Prevoza ni bilo, torej peš v Lom in tudi utrujena peš nazaj domov.

Ljubila sem naravo in imam tudi zato lepe spomine. Že leta nazaj nas je bila družba 7 veselih Tržičanov. Prehodili smo mnogo planin in tudi gore. Tudi Triglav je dobil od mene poljub.

»Ljubiti življenje, naravo in delo pa bo lep uspeh imelo.«

## Dihanje

»Zrak nam da dušo, življenje in zavest« (Aristotel).

Povezava med dihanjem in duševnim stanjem je tako tesna, da so prav dihanje od nekdaj uporabljali kot najbolj naravno sredstvo za pomiritev živcev. Če se človek razjezi, je navadno dovolj, da nekajkrat zavestno globoko vdihne in izdihne in se toliko umiri, da ne naredi usodne neumnosti. Več kisika v možganih mu omogoči pametnejše presojanje in odločanje, sam potek dihanja pa mu nekoliko ohladi razgrete živce.

Vemo, da človek preživi brez hrane več tednov, brez vode ali spanja nekaj dni, brez zraka pa je v nekaj minutah mrtev. Prav imajo vzhodnjaška pojmovanja, ki menijo, da glavno življenjsko energijo sprejemamo vase z dihanjem. Dihanje ima naravno krepilno in zdravilno moč.

### Proces dihanja

Dihanje je izmenjava plinov, ki poteka po dihalnih poteh z vdihom in izdihom. Glavni organ dihanja so pljuča, dihanje pa še omogočijo dihalne poti (usta, nos, grlo, sapnik, bronhiji), skozi katera potuje zrak v pljuča in iz pljuč. V zračnih mešičkih (alveolah) se izmenjata kisik in ogljikov dioksid. Kisik, ki ga vdihnemo z zrakom, je hrana za presnovo telesnih celic. Ogljikov dioksid, ki ga izdihnemo, pa je končni produkt izgorevanja v celici. Globlje ko dihamo, izdatnejša je izmenjava teh dveh plinov in boljša je celična presnova.

Človek v povprečju vdihne in izdihne od 15 do 20 krat na minuto, kar pomeni, da vsak dan vdihne in izdihne 25- tisočkrat. Kolikokrat vdihnemo in izdihnemo je odvisno od starosti, dejavnosti in okoljskih vplivov. Če mirujemo, je cikel upočasnen, med telesno dejavnostjo pa dihamo bolj plitko in hitreje. Če telo nima dovolj kisika, ali pa ima presežek ogljikovega dioksida, nam kronično primanjkuje moči in volje, tako stanje pa pripelje do nastanka različnih obolenj.

### Zavedanje lastnega dihanja

Vsi vemo, da moramo paziti na uravnoteženo prehrano in redno telesno dejavnost, niti na misel pa nam ne pride, da bi se vprašali ali pravilno dihamo. Po znanstvenih izsledkih večina ljudi diha površno, plitko in ob stresnih situacijah zadržuje dih. To je spontan telesni odziv na nevarnost in ob stresnih situacijah nam bi pomagalo, da se lažje in uspešneje spopademo z grožnjo. Plitko dihanje namreč upočasni periferni krvni obtok in zato naravno pomirja čute. Problem nastane, ko zaradi hitrega in stresnega življenja prepogosto zadržujemo dih. Telesu začne primanjkovati moči, mišice so nenehno napete, postanemo tesnobni, razdražljivi in se ne počutimo dobro, vse to pa lahko preide v kronično stanje. Vsakdo se lahko prepriča, da se razburjeno stanje duha umiri po globokem dihanju. Tudi imamo



navado reči, če hočemo nekoga posvariti pred nečim slabim ali zelo dobrim »zajemi sapo«.

### Kako dihalni procesi vplivajo na naše zdravje?

Dejstvo je, da večina ljudi ne diha pravilno. Večji del dihamo hitro in površno (dihanje z vršički pljuč), brez popolne uporabe najpomembnejše dihalne mišice – trebušne prepone. Zakaj je ta mišica tako pomembna?

Deli prsno od trebušne votline in pri vsakem vdihu potuje navzdol v trebušno votlino in širi prsni koš v vse smeri. S tem gibanjem omogoči pri vdihu vdor zraka v vse predele pljuč, pritisk v trebušni votlini se pri vdihu poveča, zaradi tega se trebušni organi nekoliko stisnejo. Pri izdihu ta pritisk ponovno pade in to izmenično nihanje pritiska v trebušni votlini poskrbi za boljši krvni obtok v trebušnih organih. Vplivamo na pospešitev prebave, trebušni organi so bolj prekravljeni in s tem omogočimo njihovo boljše delovanje in regenerativne sposobnosti. To se še posebej pozna v primeru trebušne slinavke, katere boljše delovanje preprečuje nastanek sladkorne bolezni v starejši dobi. Ker se pri vdihu istočasno večja pritisk v trebušni votlini in manjša pritisk v prsni votlini, nastane med tema votlinama razlika v pritiskih, kar omogoča hitrejši in močnejši tok krvi iz trebuha v prsni koš proti srcu. To posledično krepí srčno pljučni sistem in če še upoštevamo, da ob tem dihamo globlje, vdihnemo tudi večje količine zraka in izdatnejše obogatimo kri s kisikom kot pri površnem dihanju.

O tehnikah dihanja pa v naslednji številki glasila.

Silva Štiherl, fizioterapevtka

# *vse teče...*

V letu 2013 so se nam pridružili:

Frančiška Vozelj, Jožefa Uršič, Marijan Žbogar, Marica Lausegger, Stanislav Janc, Ernest Nikolaj Krnaič, Terezija Mrvar, Valentina Strupī, Neža Kovačič, Anica Cokan, Terezija Kozamernik, Franc Lakner, Fani Gril, Veronika Smerdu, Anton Šuštar, Jožef Petek, Marija Derguti, Janez Krajnik, Marija Kosmač, Antonija Perko, Marija Primožič, Kristina Kosmač

# *in se izteče...*

***Kapljica, reka, morje.***

***Teče žalost, teče veselje***

***in odteče naše življenje.***

***Tanja Ahačič***

Srečko Jelar, Marija Klemenčič, Frančiška Škerjanec, Josip Horvat, Ljudmila Čuk, Frančiška Vozelj, Roza Mali, Anica Poklukar, Terezija Mrvar, Friderika Kokalj, Marijan Žbogar, Jožefa Uršič, Anton Meglič, Marija Meglič, Jožef Močnik, Anton Šuštar, Marija Košir, Terezija Kozamernik, Anica Cokan, Veronika Smerdu, Bronislava Jurkovič

Domov je odšla Angela Zadražnik.

## ***KULTURNE IN ZABAVNE PRIREDITVE***

### ***JULIJ***

**03.07.** Predstavitve pesniške zbirke »Milost ljubezni«, Biserka Car

#### ***Hip***

*Preveč je za pesem,*

*preveč je za solzo.*

*Najlepše pesmi pojejo v meni.*

*Pozibavajo se cvetoče veje jablane.*

*Opoj nežnih cvetov odnaša veter,  
v tihe loge, kjer gnezdijo moje misli.*

*Kjer sonce ujame moj obraz ob tvojem.*

**05.07.** Slikarska delavnica skupaj z varovanci VDC Tržič pod mentorstvom Vinka Hlebša

**11.07.** Ustvarjalna delavnica z Ivono Špiler, v sodelovanju z Ljudsko univerzo Tržič

**16.07.** Družabno dopoldne ob športnih igrah in sladoledu z ansambлом Fantje s treh bregov

**18.07.** Delavnica na temo »Kako nastane film«, Domen Žalac

### ***AVGUST***

**07.08.** Družabno dopoldne ob športnih igrah in sladoledu s harmonikašem Jožetom Tišlerjem

**23.08.** Praznovanje rojstnih dni stanovalcev rojenih v mesecih julij in avgust

**22.08.** Filmska delavnica z ogledom filma Babica gre na jug, Domen Žalac

### ***SEPTEMBER***

**06.09.** Srečanje ob družabnih igrah z otroki iz Mladinskega centra Tržič

**13.09.** Izlet z ladjico od Strunjana do Pirana

#### ***Tisoč pesmi za Piran***

*Ko zjutraj komaj prebuja se dan,  
Tartini še zeha, utrujen zaspan,  
a potlej svoje strune uglasi,  
takrat Piran se v soncu zbudi.  
Pomol se lesketa v srebrni rosi,*

*in jutranja sapa galeba nosi,  
da bi vse mesto s perutmi objel,  
in ga v svoje naročje vzel.*

*Tisoč pesmi za en sam kraj,  
kdor ga je videl se vrne nazaj,  
tisoč trenutkov ujetih v en dan,  
to je sreča, to je Piran.*

*(Mojka Mehora Lavrič)*

**14.09.** Sveta maša v kapelici Svetega Križa

**27.09.** Potopisno predavanje pod naslovom »Potepanje po divjem zahodu«, Tjaša Kuhar

## OKTOBER

**04.10.** Srečanje ob družabnih igrah z otroki iz Mladinskega centra Tržič

**09.10.** Prireditev v počastitev mednarodnega dneva starejših – nastop moškega pevskega zbora Društva upokojencev Tržič ter gojencev Glasbene šole Tržič

**17.10.** Kostanjev dan skupaj z mladimi prostovoljci iz OŠ Bistrica

**18.10.** Praznovanje rojstnih dni stanovalcev rojenih v mesecih september in oktober

*Ta dan nam vedno glasbeno popestrita harmonikaš Janez Benčina in Andrej Knep, ki zna lepo zaigrati na trobento narejeno iz buče, tako da z veseljem zraven zapojemo in kdor more, tudi zapleše.*

*Lovrenc Zakotnik je na zadnjem praznovanju dejal: »Veste, sem zadnjič plesal, ko se je ženil sin, to je bilo pred 30. leti, 1982. leta. Nisem si mislil, da bom še kdaj. Hvala vam za to!«*

## NOVEMBER

**06.11.** Zgodovinska delavnica z naslovom »Leonardo da Vinci«

**20.11.** Odprtje razstave likovnih del Mirka Majerja pod naslovom »Življenje kraškega grmičevja ruja«, nastop domskega pevskega zbora »Slavčki« in citrarke Karmen Toromani

### Ruj

*Jeseni se puste skalne brežine Primorske spremenijo v ognjeno morje nizkega grmičevja, ki se razrašča na najbolj kamnitih in pustih tleh.*

*Takrat ga šele zares opazimo – ruj (*Cotinus coggygria*), simbol trdoživosti in skromnosti.*

**25.11.** Ustvarjalna delavnica »Božično novoletne dekoracije« v sodelovanju z OŠ Bistrica in društvom »Sveta Neža«



**28.11.** Koncert »S pesmijo po Koroški« v izvedbi mešanega pevskega zbora »Kres« in moške vokalne skupine »Plamen«, Kulturnega društva Sv. Janeza Krstnika Kovor

*Vsi, ki smo spremljali nastop, smo uživali ob prekrasnem petju kvalitetnega zbora, ki ga vodi Jože Tišler. Ob zaključku koncerta smo še skupaj zapeli nekaj starih domačih pesmi, tako, da smo za nekaj trenutkov postali en velik, sto članski zbor. Čudovito doživetje! Še enkrat hvala!*

## DECEMBER

**3.12.** Ustvarjalna delavnica »Novoletne voščilnice« skupaj z otroki iz OŠ Bistrica

**4.12.** Predavanje z delavnico pod naslovom »Sončna leta starosti«, v sodelovanju z Združenjem invalidov – forum Slovenije in v izvedbi Alenke Berlot Košiček

**6.12.** Miklavževanje s Karitasom Križe

**12.12.** Skupno srečanje vseh skupin starih za samopomoč s člani ansambla Sorarmonika, KUD JaReM Medvode

**13.12.** Praznovanje rojstnih dni stanovalcev rojenih v mesecih november in december

**18.12.** Božično novoletno praznovanje za stanovalce oddelkov 2 in 4 z duetom »Kivado«

**20.12.** Božično novoletno praznovanje v glavni jedilnici doma, gost glasbenik Hajni Blagne, plesalke KD Leyli

**23.12.** Prednovoletni obisk predstavnikov KS Bistrica In KS Kovor z obdarovanjem stanovalcev

**24.12.** Božična Sveta maša

**30.12.** Novoletni koncert MPZ DU Tržič in ŽPZ KD Bistrica pri Tržiču ter obisk predstavnikov Društva upokoencev Tržič

### Ostale aktivnosti:

- srečanja skupin starih za samopomoč UPANJE, ZVONČKI, TULIPAN, SONČNICA, MARJETICE, LUČ, SLAVČKI, MATI MODROSTI, ZIMZELEN, USTVARJALNA SKUPINA
- tombola
- bralni krožek »Branje – kramljanje«
- sestanki društva bolnikov po kapi »Kaplja«
- Sveta maša
- sestanki s stanovalci

### V našem domu so gostovali še:

- Mojca Golmajer – razstava likovnih del
- Tanja Perko – razstava unikatnega nakita
- Miran Tišler – razstava likovnih del
- Vinko Hlebš – razstava izdelkov iz gline
- Društvo podeželskih žena »Svit« – razstava ročnih del

Marjeta Šumič





Depo  
sp 908TRŽIČ-Društvo  
POKLON jeseni  
2013

061



4004089,10

COBISS

KNJIVNICA TRŽIČ

