



DOM STAREJŠIH OBČANOV
~Novo mesto~

DOMSKO SOŽITJE



Glasilo
Doma starejših
občanov
Novo mesto



Številka 33, december 2025

Spoštovane bralke, cenjeni bralci Domskega internega glasila,

zima je ponovno potrkala na naša vrata, s seboj pa prinesla drugačne barve, hladnejše jutranje meglice in spoznanje, da se leto počasi nagiba h koncu. Dnevi in meseci tečejo drug mimo drugega in kar naenkrat se zavemo, da so za nami že številni trenutki, ki jih je vredno ohraniti v spominu. Zato je prav, da jih tudi v tem glasilu ujamemo, saj nas bodo ob prebiranju spet ogreli in nasmejali.



Tokrat smo v prispevkih zbrali utrinke, ki zajemajo dogajanje vse od začetka leta. V njih se skriva marsikaj – od veselih druženj, toplih obiskov in skupnih izletov, do drobnih trenutkov, ki so nas povezovali in bogatili naš vsakdan. Verjamemo, da bodo zgodbe še vedno žive in zanimive, saj v njih odmeva skupna izkušnja, ki je prav nikoli ne prekrije prah časa.

V nadaljevanju boste našli utrinke z izleta stanovalcev s splavom po reki Krki, veselili smo se ob obisku mladih prostovoljcev Rdečega križa ter ob nasmehih Rdečih noskov. Poseben izlet smo pripravili tudi za prostovoljce, saj brez njihove energije in dobrote naše življenje ne bi bilo tako bogato. Glasilo smo razširili z rubrikami: intervjuji, prispevki društev, ki sodelujejo z nami, prispevki iz lokalne skupnosti, aktualnimi tematikami in novicami ... Poleg tega smo preživeli kopico družabnih dogodkov, ki so dokaz, da smo skupaj še močnejši in bolj veseli.


Za vse tiste, ki radi malo "razmigate" sive celice, smo pripravili tudi nekaj miselnih nalog – prepričani smo, da boste z njimi brez težav opravili, ob tem pa morda našli še kanček zabave in sprostitve.

Glasilo je torej polno barvitih vsebin, ki pričajo o tem, da življenje v našem Domu ni nikoli dolgočasno. Obenem pa naj bo tudi povabilo: pridružite se nam s svojimi zgodbami, spomini in idejami, da bomo v prihodnje še bolj bogati in povezani.

Naj vas torej spremljajo prijetni praznični dnevi, polni topline, medtem ko vas vabimo, da se prepustite branju in skupaj z nami znova podoživite lepe trenutke.

V novem letu 2026 pa vam želim trdnega zdravja, veliko lepih trenutkov ter predvsem medsebojnega spoštovanja in toplih odnosov, ki dajejo našemu življenju pravo vrednost.

Za uredniški odbor
Vanesa Gazvoda



Dragi stanovalci, spoštovani sodelavci in obiskovalci
Doma starejših občanov Novo mesto,

naj vas praznični čas obda z radostjo, spokojnostjo in
prijetnimi trenutki, ki ogrejejo srce.

V prihajajočem letu naj vas spremljajo zdravje,
iskreni nasmehi, prijazne misli, tople besede in stiski rok
ter radovednost, ki ohranja živost duha.

Naj bo leto 2026 prepleteno z razumevanjem,
povezanostjo in drobnimi radostmi vsakdana.

Vse lepo in srečno novo leto!

Mag. Mateja Jerič
Direktorica

ZGODBE IZ ŽIVLJENJA NAŠIH STANOVALCEV - GOSPOD JOSIP KAPARIĆ

Ali ste vedeli, da v našem Domu stanuje gradbeni delovodja Cankarjevega doma? Pa vrhunska pisateljica, novinarka, kolumnistka? Pomorščaki? Raznoliki talenti, biseri, vrhunski športniki, slikarji, nekdanji učitelji in učiteljice?

Ker nas ob vsakem pogovoru s stanovalci Doma, le-ti vedno znova navdušijo s svojimi zanimivimi življenjskimi zgodbami in bogatimi izkušnjami, bomo odslej njihove zgodbe delili tudi z vami – s širšo javnostjo.

Prvi med njimi je vedno nasmejani gospod Josip Kaparić, ki nas je navdušil s svojo zgodbo o nastajanju Cankarjevega doma v Ljubljani, ki ga je doživljal neposredno kot takratni gradbeni delovodja.

Svojo življenjsko zgodbo nam pripoveduje danes 95-letni Josip Kaparić. Rojen je bil v vasi Fratrovci na Hrvaškem (na vrtu, pod jablano), v neposredni bližini meje s Slovenijo, ki upravno spada pod občino Bosiljevo Karlovske županije.

Bil je najmlajši, šesti otrok mame Jožefe in očeta Marka, ki sta bila takrat skupaj stara 100 let (mama 43 in oče 57 let), nam zaupa. Ker je bil rojen pri Kolpi, pravi, da se je že rodil kot vrhunski plavalec in je tako pri 6 letih že preplaval reko. Najstarejši je bil njegov brat Miko, ki je ostal doma na kmetiji (letnik 1909), sledil je brat Ivan, sestra Bare (ki je umrla za pljučnico ravno ob njegovem rojstvu), brat Mate in sestra Mare, ki danes živi v Kanadi z možem, ki prihaja iz Prekmurja.

Pri 13 letih je redno kosil po domačiji, imeli so namreč kmetijo in nekaj glav živine, vola za oranje, obdelovali so zemljo ter vinograd, ki je ob dobri letini pridelal tudi 200 litrov domačega vina. Čeprav se jih vojna ni neposredno dotaknila, pa so pridelano hrano radi podelili s partizani, ki so se zaradi varnosti raje zatekali na pašnike, v dolino niso prihajali. Ker je bil star 16 let, ko se je vojna končala, ni bil primoran služiti vojaškega roka. Nadalje pripoveduje, da so fantje čez reko Kolpo v vas hodili po dekleta. Čez Kolpo jih je prevažal en čoln in kadar ga ni bilo, so jo preplavali, pojasni. Njegov oče je bil nekaj časa delavec v Ameriki (v rudniku zlata), mame pa se spominja z nasmeškom na obrazu kot glavnega stebra družine. Trikrat na teden je rad obiskoval trgovine v Črnomlju.

Osnovno šolo je obiskoval v Bosancih (4 razredi), rad se spominja t. i. pučke (javne, osnovne) šole. Najbolj pa je ponosen na opravljeno 3-letno delovodsko gradbeno šolo, saj je predstavljala osnovo njegovega življenjskega poklica gradbenega delovodje. Kar 26 let je delal pri takrat največjem gradbenem podjetju Gradis TOZD KO Ljubljana, ki je bil eden od paradnih konjev slovenskega socialističnega gospodarstva, njegov najslavnejši projekt v karieri pa je gradnja Cankarjevega doma, ki je bil največja investicija v kulturi v 20. stoletju pri nas. Pripoveduje za kako velik in kompleksen projekt je v resnici šlo, saj so morali izkopati 7 metrov globoko jamo za 2 etaži kleti in zgradili 4 nadstropja. Kleti so morali urediti kot zaklonišča, z armiranimi stenami.

Delovna sila je prihajala v večini iz Bosne in Hercegovine, s katero se je sam odlično razumel in hkrati potrjuje, da je veljalo obojestransko spoštovanje. Sobote so bile delovne, po 6 ur, sicer pa so delavniki trajali po 12 ur. Zvečer so radi hodili na ples.

Najlepši projekt v njegovi karieri mu še danes predstavlja depandansa Jadranka v Portorožu, ki je obsegala 4 garsonjere po 40 m², pri čemer so imele vsaka svoj balkonček in kopalnico s kadjo. Spominja pa se tudi gradnje prvih objektov (večinoma gostinskih) na desni strani med cesto in morjem v Luciji.

Nadalje doda, da se je pri 17. letih preselil v Log pri Ljubljani, kjer je sodeloval pri prvi avtocesti Ljubljana–Vrhnika. Najtežji karierni projekt pa mu je predstavljala izgradnja ceste Portorož–Piran, ki je potekala preko hriba, prej je namreč obstajala samo cesta ob morju. Sodeloval je tudi pri gradnji rafinerije nafte ob Savi 3 mesece v Bosni.

Z ženo Marijo, ki je bila leto dni mlajša, sta se spoznala v podjetju, kjer je bil zaposlen. Ker je bila ob koncu svoje življenjske poti nepokretna, jo je obiskoval trikrat na teden v Domu. Skupaj sta imela dva otroka. Hčerka Vera in vnukinja Tina živita v Novem mestu, v Domu ga tudi redno obiskujeta in mu nosita dobrote.

Sicer so z družino živeli v Savskem naselju v blokkih. Podjetje Gradis jim je zagotovilo streho nad glavo, delovno obleko, osnovo za življenje, zato pravi, da se večkrat spomni na socialistične čase, kjer so vsi radi delali in je bilo delo vrednota. Delavski razred je bil zelo cenjen, življenje pa je bilo drugačno kot je danes, saj so bili ljudje bolj preprosti, osnovne življenjske zadeve in celoten sistem pa so bili urejeni na pravem nivoju. Rad poudari, da delo gradi človeka, in da delo dela mojstra.

Danes najraje posedi v našem Domskem bifeju, si privošči kavico in redno bere časopis, brez njiju si tudi ne predstavlja dneva.

Na koncu naš pogovor zaključim s stavkom, da je »kot Broz, mama Slovenka, oče Hrvat, jaz pa Josip« in se prešerno nasmeji.

Zapisala: Vanesa Gazvoda



G. ILIJA STIPANOVIĆ – »GOSPODAR NAŠE DOMAČIJE«

Domačija pri našem Domu pričara prijetno vzdušje domačnosti. Tu stanovalci in obiskovalci radi posedijo ali se sprehodijo, občudujejo domače živali, poklepetajo s prijatelji in se udeležujejo različnih prireditev.

Dolga leta je za našo domačijo skrbel gospod Jože Tramte, zadnja tri leta pa je skrb zanjo prevzel gospod Ilija Stipanović.

Slednji je bil 40 let zaposlen v Tovarni zdravil Krka, zadnjih 6 let pa je upokojenec. Ker je bil celo svojo poklicno pot vedno izjemno aktiven tudi v prostem času, je ob nastopu pokoja prostovoljno pričel z prevažanjem starejših po opravkih v okviru sistema brezplačnih prevozov za upokojence in gibalne ovirane osebe Rudi. V okviru tega je izvedel, da v Domu starejših občanov Novo mesto potrebujejo voznika za prevoz kosil na dom in vse odtlej je temu predan. V času epidemije COVID-19 pa mu je bilo ponujeno še, da postane oskrbnik/gospodar naše domačije. Ker je doma iz kmetije in sta mu bila delo in narava vedno blizu, se je na prošnjo z veseljem odzval. Pravi, da se je v vsem tem času na delo in živali lepo navadil, delo pa opravlja z veseljem, srcem in dušo. Nikoli se mu nikamor ne mudi, pomembno mu je namreč, da je delo opravljeno. Poleg delovnega tedna, je vesten tudi vsak vikend, kjer na domačiji preživi več ur.

Ker že od nekdaj živi v sožitju z naravo, mu veliko pomeni trajnostna mobilnost, zato se za svoje osebne prevoze vedno poslužuje kolesa, pri čemer se rad pohvali, da opravi vsaj štiri vožnje na dan od svojega doma do DSO Novo mesto. Poudari, da se je tudi v Krko 20 let vozil s kolesom, vreme pa mu nikoli ni predstavljalo težav. Avta ne mara kaj posebej, zlasti zaradi zastojev, saj kot pravi, lahko s kolesom prideš hitro in povsod. Pravi, da si življenja brez gibanja ne predstavlja.

Zadnjih 10 let službovanja v Krki je prepotoval tudi kar nekaj sveta – od Avstralije, Kanade, Afrike, Kube ter 15 evropskih držav. Pove, da v času službovanja ni imel niti dneva bolniške, privoščil pa si je zgolj štiri dni dopusta na leto. Kot lahko razberemo iz njegovega pripovedovanja in videnega pri vsakdanjem delu v Domu tudi sami, je človek z veliko energije, ki mu je mar, da je okolica urejena, ljudje okoli njega pa zadovoljni.

Velik užitek je opazovati, kako posebne vezi je spletel z živalmi na kmetiji, od katerih ima prav vsaka tudi svoje ime, na katerega se lepo odzivajo. Tako naše stanovalce kot obiskovalce rad sprejme, jih informira in tudi poda hrano, s katero lahko nahranijo živali. Zato vabljeni, da se sprehodite po naši domačiji in pokramljate z našim gospodarjem.

Zapisała: Vanesa Gazvoda



KRKINA OSEBNA POZORNOST ZA NAŠE STANOVALKE

Krkin pokroviteljski odbor Doma starejših občanov Novo mesto in predstavniki Krkinega sveta delavcev so tudi letos ob dnevu žena obiskali stanovalke doma in jim namenili osebno pozornost. Razveselili so jih z nageljčki, dobro voljo in čestitkami, ki so jih posebej zanje izdelali učenci Osnovne šole Dolenjske Toplice.

Namen obiska ostaja vsako leto enak: pokloniti se vlogi žensk, ki s svojo močjo, skrbnostjo in predanostjo bogatijo naše življenje in jim polepšati njihov vsakdan.

Stanovalke so vsako leto neizmerno hvaležne za izkazano pozornost, srčnost in toplino. Prijazne besede, osebni odnos, nežen dotik in topel nasmeh so jim pričarali prav poseben dan.

Iskreno se jim zahvaljujemo za vso srčnost in naklonjenost, ki so jo izkazali vsem stanovalkam našega Doma.

Zapisala: Petra Mihalič



KRKIN DAN HUMANITARNOSTI IN PROSTOVOLJSTVA

Dan humanitarnosti in prostovoljstva smo v Domu starejših občanov Novo mesto obeležili s sodelovanjem, ki je preraslo v tradicijo, na katero smo izjemno ponosni. S Pokroviteljskim odborom Krka d. d. smo gostili njihove prostovoljce, ki stanovalcem prinašajo toplino in izjemno pomembno medgeneracijsko povezanost.

Ker se nam načrtovani sprehod z invalidskimi vozički po okolici zaradi slabega vremena ni izšel, smo v prostorih Doma skupaj izvajali različne dejavnosti: pekli smo piškote, izvajali kognitivne aktivnosti, reševali naloge, s servietno tehniko ustvarjali čudovite vazice in se povесelili ob zvokih harmonike. Takšni trenutki so dragoceni za vse nas, nas bogatijo in z njimi rastemo.

Srčnim Krkinim prostovoljcem smo izjemno hvaležni in upamo, da se naslednje leto zopet podružimo.

Zapisala: Petra Mihalič



DEMENCA? ALZHEIMERJEVA BOLEZEN? KAJ BI BILO TO?

Tako sem se spraševala pred malo več kot desetletjem, ko sem prvič slišala za ti dve besedi. Seveda, kako pa naj v trenutku osvojim vse osnove medicine, nege in ostalo kar je povezano s starejšimi ljudmi?

Začetki dela na oddelku z dementnimi osebami niso bili enostavni.

In smo začeli ...

Da bi se naši stanovalci počutili kot doma, je bilo potrebno na oddelek vnesti nekatere elemente domačnosti, hkrati pa oddelek ni smel izgubiti svojega osnovnega namena. S tem bi približali uporabnikom okolje do te mere, da bi se le-ti počutili, kot bi bili doma.

Počasi se je začel oblikovati oddelek, ki po uporabnosti še vedno sledi osnovni ideji; stanovalcu nuditi varnost, mir, spontanost, dobro počutje in sožitje z ostalimi stanovalci na oddelku.

Te stvari se marsikomu zdijo same po sebi umevne in spontane, ker pri tem pozabimo na osnovno stvar. Niti približno nisem vedela, kaj je demenca, kaj lahko pričakujem od medsebojnega sodelovanja s stanovalcem, niti kaj lahko pričakujem od stanovalčevih najbližjih. Tukaj mislim predvsem na tiste najbližje, ki so mi lahko ob sprejemu na ta oddelek pomagali s kratkim ustnim življenjepisom dementne osebe. To so bili predvsem odgovori na najbolj preprosta vprašanja o hrani, oblačenju, osnovnih navadah, kaj dementna oseba še zmore. Po vseh teh letih dela na oddelku z dementnimi osebami priznam, da sem osebnostno rasla tudi jaz.

In smo se učili in spoznavali, »moji« stanovalci, sorodniki in jaz ... Skupaj smo se smejali, nemalokrat tudi jokali. Bili so trenutki, ko sem se vprašala, ali sem pripravljena na tako delo, ko te ljudje zahtevajo 24 ur dnevno, vsak bi te imel samo zase ...

Imela sem izkušnjo, ko je žena nekega stanovalca nekako pričakovala, da imamo zdravila za demenco, da se bo njen mož pozdravil in ga bo vzela domov. Tudi pogovor z zdravnico je ni omajal, čez čas pa je le spoznala, da živi v zmoti. Težko se je sprijazniti s tem, da te ljubljena oseba ne prepozna več. Da se ti nasmeje, ker ji je globoko v podzavesti še znan tvoj glas, obris obraza, gibi rok. To so na nek način tudi travme za svojece, ki so ravno tako orali ledino, ker so brskali po internetu za odgovori, pa jih marsikdaj niso našli.

Ne bom pozabila sina, ki mi je rekel: »Gospa, povejte, ali naj še obiskujem mamo? Saj me ne prepozna več.« »Ali kdaj mamo primete za roko in ji kaj lepega poveste? Poskusite. Sem skoraj prepričana, da vas še prepozna.« Gospod se je čez nekaj časa vrnil iz sobe s solzami v očeh. Čeprav mama ni zmogla več govoriti, mu je z očmi povedala, da ga še prepozna po stisku roke in da naj še pride k njej, ker dolgo ne bo več z njim.

»Joj, sestra, a me boste počesali? Sin danes pride.« »Seveda, za sina se pa morava uredit.« Čeprav je bila gospa že počesana, vzamem glavnik in jo počešem. Čez pol ure se zgodba zopet ponovi.

»Mici, kam pa greste?« »Kaj me pa sprašujete? Kokoši je treba zapret, pa za zajca nakosit. Roki (psiček) pa tudi še ni nič jedel. Pustite me na miru, da bom naredila, bo ravnokar noč!«

Zopet pride druga gospa s puloverjem, oblečenim kot hlače. Hlače je imela ogrnjene čez ramena. Po dolgem prigovarjanju mi je nekako le uspelo rešiti zadevo, čeprav je bila gospa tudi huda vmes, da smo ji itak vse pokradli in naj še hlače nesem domov.

Naj pripomnim, da se stanovalci počutijo najbolje, če se jih kliče po imenu oziroma pridevniku, kot so bili navajeni celo življenje. Ravno ta »Mici« je preprosta kmečka

ženica in toliko je še vedela, kaj pomeni gospa. Je rekla, da so gospe v mestu, pa služkinje imajo, pa čevlje s peto nosijo, ona bo pa samo »Mici«.

Zanimivost vseh stanovalcev pa je pogovor o mladih letih, ko so bili zaljubljeni in so se imeli radi. Tukaj vsi potrdijo v en glas, da je bilo takrat lepo takrat, v oči pa se jim prikrade žarek sreče, na ustnice nasmeh. Te njihove povedi so povečini enozložne, mimika na njihovih obrazih pa pove vse. Čeprav večina težko komunicira, besedila pesmi še poznajo. Znajo zapeti vsaj prvo kitico narodne pesmi, če pa slišijo harmoniko, se znajo tudi umiriti. Na njihovo vedenje v veliki meri vpliva tudi sprememba lune in vremena.

»Mama, me še poznaš? Kdo sem jaz? Povej mi! Se spomniš?« Ob teh vprašanjih se stanovalci zelo vznemirijo, ker se prestrašijo. Ne poznajo namreč odgovora nanje. Teh vprašanj naj svojci dementnemu bolniku nikoli ne postavljajo!

In se še vedno učim ... Težke ure so zame, ko se nekdo poslavlja za vedno. Če ima sorodnike, jim poskušam nameniti vsaj kakšno bodrilno besedo, čeprav je takrat vsakemu hudo. Tudi dementni ljudje čutijo konec svoje zemeljske poti. Kdor še zmore govoriti, pravi, da gre domov. In če mu povem, da bova šla skupaj domov, se stanovalec umiri.

Trdim, da so še posebej ranljiva skupina ravno dementni ljudje. Večina od njih ne zmore povedati, kje ga boli, kako se počuti, kaj bi danes zajtrkoval, jedel za kosilo. Že res, da večina starejših imajo radi sladke in mehke stvari, ne pa vsi. Zato sorodnikom še toliko več pomeni, da vidijo, da se njihovi svojci dobro počutijo pri nas in jih lahko z velikim zadovoljstvom izročijo v naše varstvo.

Zgodbic in anekdot se je v teh letih nabralo kar za dobro merico ... tudi razmišljanje o demenci, minljivosti življenja, življenjskih vrednotah. Večno vprašanje pa je, kaj sploh je razlog za nastop demence? Preveč ležerno ali preveč stresno življenje, ko človek nima časa pomisliti niti nase, ker se razdaja za druge, ker mu več pomenijo nematerialne dobrine, kot pehanje za denarjem in materialnimi užitki?

Če malo pogledam okrog sebe, vidim naslednje. Po večini je tako, da kdor živi iz dneva v dan, od dolgočasje samo tarna, toži in jadikuje, kako je hudo, se ga kaj hitro »prime« kakšna zadeva. Kdor je okupiran s tisoč in eno stvarjo in vidi delo, pa je bistrih mislih v poznih letih. Morda je krivo tudi to, da se kdo tudi preveč smili samemu sebi, da se ne znajde v življenju, da je on najbolj uboga para. Pa še zdaleč ni tako.

Morda nas je družba naredila take, kakršni smo ali smo mi sami dopustili, da se dela z nami tako?

In jaz se še vedno učim ...

Zapisala: Jožica Brajer

Pravijo: življenje je tisto, kar se zgodi, medtem ko načrtujemo druge stvari. Kaj načrtujete danes?
Naj se vam zgodijo lepe stvari!

SLADKO PRESENEČENJE



Danes bi rada z vami delila nekaj res lepega, kar se mi je zgodilo pred kratkim, tukaj v našem domu za starostnike.

Bilo je čisto običajno dopoldne in bila sem v sobi, ko je naenkrat potrkala delovna terapevtka Barbara in me prijazno povabila, naj se pridružim pikniku zunaj. Nisem imela pojma, da se kaj pripravlja. Res je bilo to pravo presenečenje!

Na pikniku je dišalo po sveže pečenih palačinkah, ki jih je z veseljem pekla varuhinja Tina.

Pomagali so ji mladi prostovoljci RK, delovne terapevtke in varuhinja, ki so nam vsem prinesli veliko topline in dobre volje. Vreme nam je bilo naklonjeno, ni bilo prevroče, ravno prav za druženje na svežem zraku. Palačinke smo mazali z marmelado in Nutelo. Bile so izvrstne, mehke, tople in sladke, prav take, kot je bilo vzdušje med nami. Ob takih trenutkih človek kar pozabi na leta in se počuti, kot da je spet mlad. Zelo so me razveselili in iz srca si želim še več takih res prijetnih presenečenj. Takšni dogodki res polepšajo dneve in mi dajo občutek, da smo kljub letom še vedno lahko del lepega in živahnega dogajanja.

Zapisala: Bronislava Zagorc

MOBILNI HEROJI ZA DIGITALNO OPISMENJEVANJE STAREJŠIH

18. avgusta so nas obiskali mobilni heroji z namenom digitalnega opismenjevanja starejših. Stanovalci so bili ozaveščeni o uporabi pametnih telefonov in spletne varnosti. Na koncu so se naučili delat selfie brez uporabe dotika na telefonu.

Zapisala: Nikita Bucik



SVETOVNI DAN PISMENOSTI

8. septembra smo obeležili svetovni dan pismenosti. Pismenost je temeljna pravica in večina, ki nas povezuje, opolnomoči in navdihuje. Naši stanovalci so z veseljem prijeli za pisala in reševali miselne naloge Rastoče knjige.

Pismenost ni vezana na leta – je dar, ki ga nosimo vse življenje.

Zapisala: Nikita Bucik



OTVORITEV NEGOVALNE BOLNIŠNICE JULIJA – pomemben korak k celostni oskrbi bolnikov v regiji

16. septembra 2025 je potekala slavnostna otvoritev Negovalne bolnišnice Julija, sodobne zdravstvene enote s 65 posteljami, namenjeno podaljšanemu poboljšaničnemu zdravljenju, rehabilitaciji in paliativni oskrbi. Bolnišnica, ki je nastala s preureditvijo starega internega oddelka Splošne bolnišnice Novo mesto, predstavlja pomemben most med akutnim bolnišničnim zdravljenjem in dolgotrajno oskrbo.

Na slovesnosti so se zbrali številni občani, predstavniki različnih organizacij, nekdanji zaposleni ter gostje, ki so skupaj obeležili pomemben mejnik v razvoju regionalnega zdravstva. Prisotne sta nagovorili doc. dr. Milena Kramar Zupan, direktorica Splošne bolnišnice Novo mesto, in Sara Tomšič, podžupanja Mestne občine Novo mesto. Direktorica je v govoru poudarila, da je od ideje do uresničitve projekta minilo skoraj pet let, saj je bila izgradnja tako organizacijsko kot finančno zahtevna, vendar pa je končni rezultat dokaz, da je bilo prizadevanje vredno truda.

Slavnostni dogodek je popestril glasbeni program, po uradnem delu pa so si obiskovalci lahko ogledali prenovljene prostore arhitekturnega spomenika, ki je zdaj namenjen sodobni negovalni bolnišnici, ustvarjeni za sočutno skrb in podporo bolnikom.

Ob odprtju je ministrica za zdravje poudarila, da je ustanovitev tovrstne bolnišnice ključna za zagotavljanje neprekinjene verige zdravstvene oskrbe. »Po končani akutni obravnavi se pogosto zgodi, da pacient še ni pripravljen za odhod domov ali za sprejem v dom upokojencev. Z odprtjem negovalne bolnišnice bodo ti pacienti končno dobili prostor, kjer bodo deležni strokovne, sočutne in celostne oskrbe,« je dejala.

Za izgradnjo Negovalne bolnišnice Julija je Ministrstvo za zdravje namenilo skoraj 12 milijonov evrov, dodatnih 5 milijonov evrov pa je prišlo iz Evropskega sklada za regionalni razvoj. Ministrica se je ob tej priložnosti zahvalila vsem, ki so sodelovali pri projektu in napovedala pripravo novega Državnega programa paliativne oskrbe 2026–2031, s katerim želi ministrstvo okrepiti kadre, izboljšati sodelovanje med zdravstvenimi in socialnimi službami ter razviti podporne storitve za bolnike in njihove svojce.

Otvoritev Negovalne bolnišnice Julija ni le infrastrukturni projekt, temveč pomemben simbol napredka, povezovanja in sočutne skrbi za ljudi. Tovrstne naložbe dokazujejo, da se slovenski zdravstveni sistem lahko razvija v smeri večje človečnosti in dostopnosti – kar je, navsezadnje, bistvo sodobne medicine.



Zapisała: Vanesa Gazvoda

PREDSTAVITEV OBMOČNEGA ZDRUŽENJA RDEČEGA KRIŽA NOVO MESTO

Rdeči križ Slovenije že več kot stoletje simbolizira solidarnost, humanost in prostovoljstvo. Pomemben del te zgodbe piše tudi Območno združenje Rdečega križa Novo mesto, ki s številnimi dejavnostmi skrbi za pomoč ljudem v stiski in krepitev povezanosti v lokalni skupnosti.

Območno združenje RK Novo mesto deluje pod okriljem Rdečega križa Slovenije in pokriva območje Dolenjske. Prostovoljci in zaposleni vsak dan ustvarjajo zgodbe solidarnosti in pomoči. Njihovo poslanstvo je nuditi pomoč ljudem v stiski, spodbujati prostovoljstvo in razvijati humanitarne vrednote, zlasti med mladimi. Delovanje združenja je raznoliko in vključuje več ključnih področij; **socialna pomoč** – materialna pomoč, prehranski paketi, pomoč pri plačilu osnovnih življenjskih stroškov in nakupu šolskih potrebščin, **pomoč starejšim in osamljenim** – prostovoljci obiskujejo starejše na domu, jim nudijo družbo in podporo pri vsakodnevnih opravilih, **izobraževanje in ozaveščanje** – delavnice prve pomoči, tečaji za osnovnošolce, srednješolce in odrasle, akcije za zdrav življenjski slog in preprečevanje nasilja, **krvodajalstvo** – organizacija rednih krvodajalskih akcij v sodelovanju z Zavodom za transfuzijsko medicino,

prostovoljstvo mladih – vključevanje osnovnih in srednjih šol v projekte Rdečega križa ter spodbujanje sočutja in odgovornosti že pri najmlajših.

V času, ko se številni ljudje soočajo z revščino, osamljenostjo in negotovostjo, delo novomeškega RK prinaša toplino, podporo in občutek, da nikogar ne pustimo samega. S svojimi prostovoljci združenje vsak dan dokazuje, da lahko majhna dejanja dobrote prinesejo velike spremembe.

Zapisala: Barbara Ozimek



PROSTOVOLJSTVO – SRCE HUMANOSTI V DSO NOVO MESTO



V septembru je minilo dve leti od našega začetka delovanja v DSO Novo mesto. Najprej smo spoznavali prostovoljsko delo in prostore v Domu. Nato smo – sedem prostovoljk in prostovoljcev Rdečega križa – vsak mesec sodelovali na povprečno šestih dogodkih. Decembra smo s kombijem Rdečega križa odpeljali dve skupini po šest stanovalcev na ogled praznično okrašenega mesta. V letu 2024 se je število dogodkov na mesec postopoma povečalo na dvanajst in nato na šestnajst. Prelomnica je bil mesec april 2024, ko smo začeli sodelovati tudi pri prevozu stanovalcev k maši in na pevske vaje ter obiskovati stanovalce doma v sobah. Uvedli smo tudi mini izlet v Qlandio-Supernovo, ko smo do šest stanovalcev enkrat mesečno s kombijem odpeljali po nakupih in na kavico, v decembru pa na ogled



prazničnih lučk na Glavni trg. Vse to počnemo tudi letos. Lepo je, da je jedro nas prostovoljk skupaj že od samega začetka in smo se v domu resnično “udomačile”.

Za svoje pa so nas vzeli tako stanovalci kot tudi zaposleni.

Seveda pa sodelovanja na vseh dogodkih ne bi bilo, če se nam ne bi pridružile tudi nove prostovoljke in tako nas je trenutno enajst. Z veseljem prihajamo v Dom in tako bogatimo dan stanovalcem in seveda tudi sebi, saj v prostovoljstvu in nasploh v življenju velja, da nikoli ne moreš dati toliko, kot prejmeš sam.

Naj temu dodamo še nekaj misli prostovoljk:

Brigita: S prostovoljstvom v domu starejših oseb marsikomu polepšaš dan in pomagaš premagati osamljenost. Prijazen pozdrav, klepet ob kavici in obujanje spominov, branje knjig, kratek sprehod, pomoč pri majhnih, a zanje pomembnih stvareh, jim daje občutek topline in povezanosti. Rodijo se nova poznanstva, s tem pa gradi most med generacijami.



Sonja: Prostovoljstvo mi pomeni veliko; predvsem priložnost, da s svojo prisotnostjo polepšam dan komu, ki morda potrebuje le prijazno besedo ali nasmeh. V dom starejših prinašam dobro voljo in pozitivno energijo, nazaj pa dobim še več: iskrene pogovore, življenjske izkušnje in občutek hvaležnosti. Stanovalci me učijo o življenju, o sprejemanju in sožitju z ljudmi, ki imajo različne potrebe in zgodbe. Dajejo mi moč, da ostajam aktivna, radovedna in hvaležna za vsak dan.

Vasilija: Že kot dekle sem se rada družila s starejšimi. Nagrada je bila in še vedno je obojestransko zadovoljstvo ter toplina v srcu, ko vidiš, da si nekomu s svojim ravnanjem in prijazno besedo polepšal dan. Domov odhajaš zadovoljen in s pozitivnimi občutki ter se vedno znova rad vračaš.

Zapisala: Danica Novak Malnar

HUMANITARNI TEDEN MLADIH OZ RKS – devetošolci in dijaki RK

Stanovalce Doma so obiskali mladi prostovoljci Območnega združenja Rdeči križ Novo mesto. Skupaj so pekli palačinke in med pogostitvijo pokramljali, odšli pa so tudi na sprehod okoli domačije.



Zapisala: Vanesa Gazvoda

PREJELI SMO ZAHVALO OB ZAKLJUČKU PROJEKTA PUŠ

V okviru projekta »Ohranjanje funkcionalnih sposobnosti starejših s telesno vadbo«, ki poteka znotraj programa PUŠ – Povezovanje izobraževanja in usposabljanja s potrebami delovnega okolja 2024–2027, so študenti fizioterapije in zdravstvene nege Zdravstvene fakultete Univerze v Novem mestu dva meseca, dvakrat tedensko, izvajali vodeno telesno vadbo za stanovalce Doma starejših občanov Novo mesto.

S svojo prisotnostjo, strokovnostjo in srčnostjo so študenti pomembno prispevali k ohranjanju in izboljševanju telesne pripravljenosti ter splošnega počutja starejših. Namen aktivnosti je bil oceniti vpliv strukturiranega vadbenega programa na funkcionalne sposobnosti starejših oseb, ki živijo v institucionalnem okolju. V raziskavo je bilo vključenih 16 stanovalcev (12 žensk in 4 moški) s povprečno starostjo $86,1 \pm 5,1$ let.

Vrednotenje učinkov vadbenega programa je pokazalo pomemben napredek pri udeležencih. Po osmih tednih vadbe so stanovalci:

- V 6-minutnem testu hoje v povprečju prehodili 49,5 metra več (statistično značilno, $p = 0,024$), kar kaže na izboljšano vzdržljivost;
- v testu »Vstani in pojdi« (TUG) v povprečju izboljšali čas izvedbe za 2,9 sekunde, kar nakazuje napredek v mobilnosti;
- moč stiska roke pa se ni bistveno spremenila, kar opozarja na potrebo po dodatnem poudarku vaj za zgornje okončine v prihodnje.

Rezultati potrjujejo, da je tudi krajša, redna vadba lahko učinkovita pri izboljševanju funkcionalnih sposobnosti starejših.

Ob zaključku projekta se iskreno zahvaljujemo vsem, ki so soustvarjali to dragoceno izkušnjo:

- vodstvu DSO Novo mesto za podporo in odprtost za sodelovanje,
- vodji službe rehabilitacije in fizioterapevtkam za pomoč pri organizaciji ter strokovno podporo,
- predvsem pa stanovalcem, ki so s svojo voljo, vztrajnostjo in sodelovanjem dali projektu pravo vrednost.

V sklopu projekta je nastala tudi zgibanika »Z vadbo do varnega in samostojnega gibanja«, ki stanovalcem nudi preprosta navodila za vsakodnevno telesno aktivnost.

Projekt sofinancirata Republika Slovenija, Ministrstvo za visoko šolstvo, znanost in inovacije, ter Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada plus. V okviru projekta »Ohranjanje funkcionalnih sposobnosti starejših s telesno vadbo«, ki poteka znotraj programa PUŠ – Povezovanje izobraževanja in usposabljanja s potrebami delovnega okolja 2024–2027, so študenti fizioterapije in zdravstvene nege Zdravstvene fakultete Univerze v Novem mestu dva meseca, dvakrat tedensko, izvajali vodeno telesno vadbo za stanovalce Doma starejših občanov Novo mesto.

Zapisi: predstavniki Zdravstvene fakultete Univerze v Novem mestu



SPLAVARJENJE PO REKI KRKI

V petek, 19. septembra, smo se stanovalci odpravili na splavarjenje po reki Krki. Do lokacije smo se pripeljali s kombijem in avtobusom. Na splavarjenju smo vse bile prvič in bilo je enkratno. Tudi vreme nam je bilo naklonjeno. Opazovali smo račke, labode in okolico.

Za nas je bil pripravljen pester program. Harmonikaš Andrej je poskrbel za odlično vzdušje, ob njegovih melodijah smo zapeli in zaplesali. Tekom plovbe smo poslušali zanimivo zgodovino Novega mesta, ki nam je pripovedovala Primičeva Julija.

Proti koncu izleta smo krstili novega splavarja in njegovo botro. Za ta naziv sta se morala kar potruditi in rešiti nekaj zabavnih nalog. Na izletu je bilo zelo zabavno in lahko je žal tistim, ki ga še nikoli niso izkusili. Vse bi ta izlet še ponovile.

Zapisali: Ga. Bojanc, ga. Bavec in g. Savić



HOJA ZA SPOMIN

V počastitev svetovnega dneva Alzheimerjeve bolezni smo se tudi mi 22. septembra odpravili na ***Hojo za spomin***, ki smo jo organizirali v našem Domu. Izkoristili smo krasen dan in fizioterapijo opravili na naši domačiji ter ob prijetni glasbi potelovadili z žogami. Poskrbeli smo tudi za hidracijo in se posladkali z dobrotami iz kuhinje.

Zapisala: Vanesa Gazvoda



MEDNARODNI DAN STAREJŠIH – 1. OKTOBER

Ob Mednarodnem dnevu starejših so naše stanovalce z glasbenimi vložki razveselili mentorji in osnovnošolci Osnovne šole Šmihel, za vrhunec pa sta svoja literarna dela predstavili naši stanovalki, gospa Ivanka Mestnik in gospa Marija Regali. Ob tej priložnosti so naši stanovalci predstavili svoj prav poseben, vsebinsko zelo dragocen plakat, ki je plod več kot meseca ustvarjalnega dela stanovalcev v okviru delovno-terapevtskih skupin. Jesensko obarvan plakat nam v različnih kreativnih tehnikah prikazuje in nas opominja na obdobje starosti, ki ga pogosto spregledamo, a v sebi nosi ogromno modrosti, topline in lepote.

Otvorili smo tudi **razstavo umetniških in ročnih del naših stanovalcev**, ki s svojo ustvarjalnostjo vedno znova dokazujejo, da leta nikakor niso ovira za domišljijo in srčnost. Želeli pa smo se jim hkrati tudi pokloniti, ker s svojimi sposobnostmi bogatijo našo družbo.

Za prijetno glasbeno vzdušje je poskrbel naš **Domski pevski zbor Prijatelji**, ki je s pesmijo ogrel srca obiskovalcev in poskrbel za nepozabno dopoldne. Za čudovit nastop se jim je posebej zahvalila tudi naša direktorica in jim povedala, da je nanje zelo ponosna.

Hvaležni smo, da skupaj ustvarjamo trenutke, ki povezujejo, navdihujejo in bogatijo naš vsakdan.

Zapisała: Vanesa Gazvoda



VOŠČILO UČENCEV OSNOVNE ŠOLE BRŠLJIN OB MEDNARODNEM DNEVU STAREJŠIH

Dragi stanovalci DSO Novo mesto,
ob mednarodnem dnevu starejših smo se učenci naše osnovne šole odločili, da vam napišemo pismo v upanju, da vam polepšamo dan.

V šoli se ukvarjamo tudi s prostovoljnim delom in se učimo, kako pomembno je, da si ljudje med seboj pomagamo, se poslušamo in si stojimo ob strani. Zato smo pomislili tudi na vas – na tiste, ki ste nam lahko vzor, ker ste že veliko preživeli in doživeli.

Včasih se nam zdi, da se življenje prehitro vrti in da premalo časa namenimo pogovoru, prijaznim besedam in lepim trenutkom. Mi pa verjamemo, da so ravno te stvari tiste, ki naredijo življenje posebno in vredno. Radi bi vam povedali, da ste pomembni in da cenimo vse, kar ste v življenju naredili – za svoje družine, prijatelje in za skupnost v kateri živite.

V šoli pogosto poslušamo zgodbe naših dedkov in babic, kako je bilo včasih. Zelo radi bi slišali tudi vaše zgodbe – o tem, kako ste preživljali otroštvo, kakšne igre ste igrali, kaj ste se učili v šoli, kaj ste najraje počeli v mladosti. Vaši spomini so zaklad, iz katerega se lahko veliko naučimo. Ali vas lahko kdaj obiščemo?

Želimo vam, da bi bili v domu starejših občanov obdani z ljudmi, ki vas spoštujejo, poslušajo in razveseljujejo. Naj bodo vaši dnevi polni toplih objemov, iskrenih pogovorov in prijetnih trenutkov. Čeprav vas ne poznamo osebno, vam pošiljamo veliko prijaznih misli in srčnih pozdravov.

Hvala, ker ste del sveta, ki ga delimo z vami.

S spoštovanjem in prijaznimi pozdravi,

učenci interesne dejavnosti Postani prostovoljec OŠ Bršljin

JESENSKI PLAKAT OB MEDNARODNEM DNEVU STAREJŠIH

Jesensko obarvan plakat je rezultat več kot meseca dni aktivnega ustvarjanja v delovnoterapevtskih skupinah. Ideja se je iz tedna v teden nadgrajevala, prehajala iz skupine v skupino ter se na koncu oblikovala v bogat in vsebinsko dragocen končni izdelek.

Vse skupaj se je začelo z branjem strokovnega prispevka »Starejši – neizkoriščen zaklad človeških virov: starost je lahko nova priložnost v življenju«, avtorice Alijane Šantej, predsednice Univerze za tretje življenjsko obdobje. Vsebinsko smo s stanovalci brali z velikim zanimanjem, si kaj zapisali, razpravljali in izmenjevali mnenja. Lahko bi rekli, da je bilo prav to izhodišče za nadaljnje razmišljanje o »zakladu«, ki ga v sebi skriva vsak izmed nas. Skupaj smo prepoznavali in iskali tisto dragoceno, kar stanovalci nosijo v sebi in bilo bi škoda, da bi ostalo neizrečeno – življenjske nasvete, vrednote in spoznanja, ki temeljijo na bogatih osebnih izkušnjah. Svoja globoka razmišljanja so poskušali lastnoročno zapisati, ti zapisi pa so postali jedro plakata.



Sledila je ustvarjalna faza – oblikovanje in uokvirjanje vsebine z uporabo različnih tehnik. Spoznali smo se s kolažiranjem, pri čemer smo v revijah iskali in izrezovali zanimive napise, ilustracije in karikature, ki so se navezovale na temo starosti, modrosti in življenjskih izkušenj. Nastal je kup barvitih koščkov, ki so se med seboj dopolnjevali. Skupaj smo jih izbirali, usklajevali in sestavljali končno podobo. Ker nas spremlja jesenski čas, smo svojo ustvarjalnost in finomotorične spretnosti uporabili

tudi pri obrisovanju in izrezovanju različnih jesenskih listov. Kar ni bilo narejeno v okviru skupine, so stanovalci z veseljem dokončali v prostem času. Da bi ohranili unikatnost in toplino plakata, listov nismo klasično pobarvali – uporabili smo tehniko tapkanja z gobicami, ki je omogočila več svobode in zmanjšala morebitne skrbi glede natančnosti. Pri delu so sodelovali prav vsi stanovalci in stanovalke, vzdušje pa je bilo zelo prijetno.



Eden od stanovalcev, ki ima izraziti občutek za estetiko, je pripravil osnovno kompozicijo okvirja, ostali pa smo po njegovih usmeritvah lepili jesensko listje in skupaj ustvarili umetniški okvir. Notranji rob plakata so zapolnile ročno prepisane misli in vrednote stanovalcev, za kar je tudi poskrbela ena izmed stanovalk.

Projekt je bil čudovit. Stanovalci so uživali na vsaki skupini posebej, vsaka pa je bila drugačna in edinstvena. Z delovnoterapevtskega vidika je projekt spodbujal različna področja in spretnosti. Na koncu smo bili z izdelkom izjemno zadovoljni – in tudi prijetno presenečeni, saj si do zadnjih korakov nismo znali povsem predstavljati, kakšen bo končni rezultat.

Z velikim ponosom smo plakat predstavili 1. oktobra, ob mednarodnem dnevu starejših.

Zapisala: Nikita Bucik

POSTALI SMO PARTNERJI PROJEKTA PROSTOVOLJSKI INKUBATOR – PRISLUHNIMO STAREJŠIM



OBMOČNO ZDRUŽENJE
Novo mesto



DOM STAREJŠIH OBČANOV
~Novo mesto~



Univerza v Novem mestu
Fakulteta za zdravstvene vede

Projekt Prostovoljski inkubator – Prislunimo starejšim je namenjen krepitevi socialne vključenosti starejših ter razvoju novodobnega modela pomoči na domu s pomočjo prostovoljcev. Vključuje oblikovanje prostovoljskega inkubatorja, usposabljanje neformalnih oskrbovalcev in ozaveščanje javnosti o potrebah starejših.

Cilji:

- Socialna aktivacija starejših in prostovoljcev
- Razvoj prostovoljskega inkubatorja
- Oblikovanje novodobnega modela pomoči na domu
- Usposabljanje neformalnih oskrbovalcev
- Ozaveščanje strokovne in širše javnosti

Rezultati:

- 30 usposobljenih neformalnih oskrbovalcev
- 50 vključenih uporabnikov in približno 200 svetovanj
- Struktura usposabljanj in izvedene delavnice
- Film o prostovoljstvu v DSO
- Oblikovan prostovoljski inkubator
- Oblikovan novodobni model pomoči na domu
- Regijski posvet s predstavitvijo rezultatov
- Spletna aplikacija Intranet za prostovoljce

Partnerji pri projektu:

- Območno združenje RKS Novo mesto
- Dom starejših občanov Novo mesto
- Univerza v Novem mestu - Fakulteta za zdravstvene vede

1.sestanek se je zaključil v pozitivnem vzdušju in z veliko mero navdušenja. Partnerji so izrazili pripravljenost, da skupaj ustvarijo okolje, kjer bodo starejši slišani, spoštovani in vključeni v življenje skupnosti.

Projekt Prostovoljski inkubator – Prislunimo starejšim povezuje srčnost prostovoljcev in modrost starejših. Skupaj ustvarjamo družbo, kjer poslušanje postane most med generacijami.

Zapisala: Vanesa Gazvoda

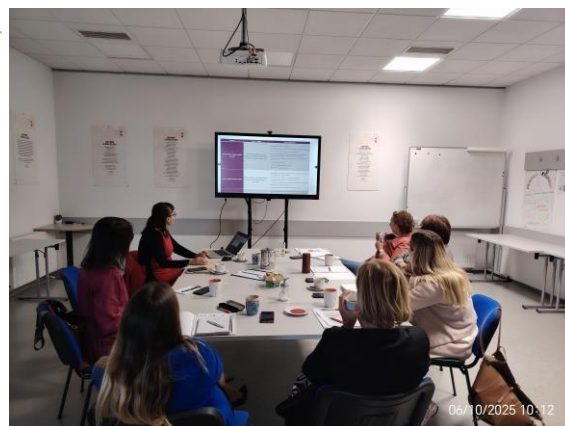




LEADER
Lokalni razvoj, ki ga vodi skupnost

“Projekt sofinancirata Evropska unija in Republika Slovenija v okviru Strateškega načrta skupne kmetijske politike 2023–2027.”

 Sofinancira Evropska unija
 

KOSTANJEV PIKNIK NA DOMAČIJI

Na naši domačiji je zadišalo po jeseni, smehu in seveda po pečenih kostanjih! Stanovalci in zaposleni smo se zbrali na kostanjevem pikniku, kjer ni manjkalo dobre volje, glasbe in toplih pogovorov. Ob moštu in domačih dobrotah smo uživali v prijetnih trenutkih druženja, ob katerih se vedno znova spomnimo, kako dragoceno je preprosto biti skupaj.

Iskrena hvala vsem, ki ste pripomogli k čudovitemu vzdušju – našim stanovalcem za njihovo srčnost in nasmeh, zaposlenim za trud in dobro voljo ter seveda našim prostovoljcem Rdečega križa Novo mesto, ki s svojo prisotnostjo vedno polepšajo dan.

Naj nas ti spomini grejejo še dolgo, tako kot topli kostanji, ki smo jih delili med seboj.

Zapisala: Vanesa Gazvoda



OBISK RDEČIH NOSKOV

Vsak mesec nas obiščejo nasmejani in srčni Rdeči noski.

S pesmijo, dobro voljo in nalezljivim smehom našim stanovalcem pričarajo čudovito popoldne, polno toplote, veselja in pristnih nasmehov.

Njihova energija in prijaznost sta res nalezljivi – dokaz, da smeh res zdravi in povezuje. Hvala, dragi Rdeči noski, za vso pozitivno energijo in trenutke, ki so ogreli srca vseh prisotnih.



Z veseljem sporočamo, da nas bodo spet obiskali – in komaj čakamo, da skupaj ponovno delimo trenutke smeha in sreče!

Zapisała: Vanesa Gazvoda

SVETOVNI DAN DELOVNE TERAPIJE

27. oktobra 2025 smo obeležili **Svetovni dan delovne terapije** – dan, ko delovne terapevte praznujemo svoj poklic in njegovo bistvo z velikim veseljem in ponosom rade delimo z drugimi.

Delovna terapija v našem domu predstavlja pomemben del vsakdana, saj stanovalce spodbuja, povezuje ter jim daje občutek smisla in dostojanstva.

Delovnoterapevtska obravnava posega v težave na različnih področjih človekovega delovanja, delovne terapevte pa se trudimo pri stanovalcu prepoznati tiste, ki mu pomenijo največ in pri tem pomagati. Pri svojem delu uporabljamo na stanovalca usmerjen pristop. Glede na izbrano področje obravnave uporabljamo širok nabor aktivnosti, s katerimi vzpostavljamo, ohranjamo ali izboljšujemo posamezne spretnosti – tiste, ki so ključne za samostojnost in zadovoljstvo v življenju.

Ob svetovnem dnevu delovne terapije sva s sodelavko delovno terapevtko Jasmino Saje pripravili prav posebne delovnoterapevtske postaje, ki so predstavljale različna področja našega dela. Stanovalci so na postajah imeli priložnost spoznati različne pripomočke, preizkusiti svojo fino motoriko, obupati spomine s starimi predmeti ter raziskovati, kako lahko različni dražljaji in sodobna tehnologija podpirajo zaznavanje, sprostitvev in gibljivost.





Ta poseben dan smo izkoristili tudi za predstavitev nove, posebne knjige »Rastoče miselne poti«, ki jo je ustvarila naša sodelavka, delovna terapevtka Barbara Čutuk, izdajo pa je omogočil dom. Knjiga je rezultat njenega večletnega strokovnega dela, znanja in izkušenj. Ker je zasnovana z delovnoterapevtskega zornega kota, so naloge v knjigi primerne za vse in omogočajo različne načine reševanja, ne le pisanje. Usmerjene so k ohranjanju in krepitvi različnih miselnih področij. V okviru dogodka smo izžrebali 10 stanovalcev, ki so prejeli izvod svoje knjige, in ki so sodelovali pri izpolnjevanju vsakomesečnih miselnih nalog Rastoče knjige, projekt, ki se pri nas odvija že 8 leto zapored.



Gre za več kot le knjigo nalog, je namreč povabilo k raziskovanju, druženju in veselju do življenja. Je tudi zahvala vsem, ki ste stopali z nami na tej poti, saj prav vaša radovednost, potrpežljivost in vztrajnost dajejo takšnemu delu pravi smisel. Zbrane naloge izhajajo iz strokovnih temeljev delovne terapije. Z njimi boste krepili spomin, koncentracijo, pozornost, prostorsko predstavo, razumevanje in druge pomembne miselne sposobnosti. Z rednim vključevanjem vaj za možgane – ob telesni aktivnosti in vsakodnevnih opravilih – boste lažje ohranjali samostojnost, samozavest in dobro počutje.

Naj bo vsaka rešena naloga kot svetla lučka na poti, ki nas spominja, da rast nikoli ne preneha - dokler si upamo misliti, raziskovati in sanjati.

»Rastoče miselne poti« tako ponujajo široko paleto možnosti, ki jih lahko uporabijo vsi – pokretni in nepokretni stanovalci, svojci, prijatelji, terapevti. Zato danes vabimo vse: prisluhnite, poskusite, sprejmite izziv!

Zapisali: Nikita Bucik in Vanesa Gazvoda

JAPONSKI HROŠČ

V sklopu delovnoterapevtske skupine so stanovalci prebrali članek z naslovom »Južno od avtocestnega počivališča Barje znova odkrili škodljivega japonskega hrošča«. Glede na prebrano se je med stanovalci razvil zanimiv pogovor in izmenjava refleksij.

Eno od teh je stanovalka Štefanija Mrvar tudi zapisala:

»Napad« na slovensko zemljo

Le kaj oziroma kdo bo zopet uničeval kmetijske pridelke, ki jih človek z veliko skritimi trudi prideluje za prehrano ali prodajo.

Poleg koloradskega hrošča imamo sedaj še japonskega hrošča (znanstveno ime Popillia japonica), ki objeda več kot 300 vrst rastlin.

Spominjam se leta 2002, ko so Rusijo napadle jate kobilic, ki so opustošile pridelovalna polja.

Prevzema me strah in žalost, saj sem navajena na doma pripravljeno oz. pridelano zelenjavo – od semena do sadik in končnega pridelka. Pri tem je potrebno veliko dela, potrpežljivosti in tudi nekaj znanja. Za ves svoj trud si bogato nagrajen z zdravo domačo hrano in sadjem.

Da smo pravočasno obveščeni o novih škodljivcih, gre zahvala upravi Republike Slovenije za varno hrano.

Zapisali: Štefanija Mrvar in Nikita Bucik

URŠKIN 99. ROJSTNI DAN

Na običajen dan, v petek, 24. oktobra 2025, smo se redni člani skupine, ki smo ji dali ime »Pišemo z roko«, zbrali v naši prijazni sobici, kjer navadno poiščemo temo, o kateri bi bilo vredno pisati. Tokrat ni bilo tako, prostor je bil okrašen, veliko je bilo cvetja, različnih dobrot, s torto na čelu, kar nekaj steklenic penine (brez alkohola seveda) in veselo druženje. Vse to je bilo pripravljeno za našo Urško, ki je praznovala 99. rojstni

dan. Zbrali smo se vsi člani naše skupine, pa tudi Urškina sorodnika ter glavni organizatorji te razkošne prireditve za našo sodelavko in prijateljico Urško.

Jaz v tem domu nisem tako dolgo, da bi Urško in njene sposobnosti natanko spoznala. Niti nisem vedela, koliko je stara, pa sem do nje, čisto po človeško, čutila pozitiven odnos. Spoštovala sem njeno odgovornost do vseh nalog, ki so nam jih posredovali skrbni terapevti! Izbrala si je kar nekaj teh dejavnosti, do vseh pa je čutila pošteno odgovornost! Nikoli ni zamujala, vedno je skrbno spremljala nasvete voditeljev skupin. Do nas je bila vedno prijazna in vljudna, zato smo jo imeli vsi radi. Glede na njeno pristno skromnost pa resnično nismo pričakovali take svečanosti, ki so jo pripravili za njen visoki jubilej tisti, ki so Urško natančno poznali in spoštovali njeno delo.

Na tej, odlično organizirani prireditvi, smo se vsi prisotni počutili lepo, zato smo na koncu iz srca veselo prepevali in želeli, da bi bilo takih dogodkov pri nas veliko. V domu starostnikov smo prijazno in veselo počastili STAROST!

Zapisala: Ljudmila Starič

RAZMIŠLJANJA STANOVALK NA POZNA LETA

V mojem življenju je bil vedno nekdo v moji bližini, ki me je vodil oz. »komandiral« kaj naj delam, kako, kdaj, zakaj, čeprav sem si želela početi druge stvari po svoji volji. Sinova sta bila in sta še vedno moje sonce, sreča, moj navdih. Sreča za moje vnuke in pravnučka je vse, kar si še želim.

Živim sama v DSO-ju, sem vdova in končno sem »zadihala«. Srečna in zadovoljna sem, umirjena, počnem, kar me veseli in to je vse, kar sem si želela celo življenje. Našla sem samo sebe, vem, kaj si še želim. Vse slabe stvari, ki so se mi zgodile v življenju skušam pozabiti in misliti pozitivno.

Le večni popotnik nas starejših, preljubo zdravje, te spominja, da se bliža neizbežni konec.

Zapisala: Olga Slanc

Pozdravljena jutranja zarja!

Glej, tukaj sem in te s hvaležnostjo opazujem. Ob tem te prosim, da bo ta dan poln miru v duši in srcu.

Ure dneva hitro tečejo in že je večer, ko je treba premisliti, kako sem preživela dan. Upam, da je bilo čistega zrnja veliko več kot plev, saj se ta dan ne bo nikoli več vrnil.

Zapisala: Štefanija Mrvar

ŠKODA JOŽEFA

Pripoved o življenju in poklicu lončarstva.

Z možem sta nadaljevala družinsko tradicijo izdelovanja lončene posode v Šentjerneju. Izdelke hrani etnografski muzej v Ljubljani. Pri njih doma so tudi posneli njihovo delo.

Vir: <https://www.etno-muzej.si/en/digitalne-zbirke/kljucne-besede/loncarstvo>



Lepšega kraja nej, ku je Šentjern,
lepšega tiča nej, ku je petjeln.
Lepšega nita nej, ku je ševica,
lepšega dekleta nej, ku je kranjica.
Lepšega tiča nej, ku je jezduška,
lepšega dekleta nej, ku je Podgurka.
Lepšega hruba nej, ku je naš gruček,
boljšega vina nej, ku je naš criček.
Lepšega tiča nej, ku je petjeln,
lepšega kraja nej, ku je Šentjern.

Besedilo pesmi
»Šentjernejska
himna, ki ga je
napisala hči ga v



Glineni pojoči petelinčki



Lončeni skledi



Skleda za pregrevanje mleka

Zapisali: Jožefa Škoda in hči Majda

Posvet o dolgotrajni oskrbi s predstavniki ministrstva, klicnega centra 114 in CSD Dolenjske in Bele krajine

V našem Domu je 28. oktobra 2025 potekal posvet o dolgotrajni oskrbi, ki se ga je udeležilo številčno občinstvo ter predstavniki ključnih institucij s področja dolgotrajne oskrbe. Med gosti so bili predstavniki Ministrstva za solidarno prihodnost – gospa Anita Jacović, vodja Sektorja za dolgotrajno oskrbo in deinstitucionalizacijo ter članici Projektne skupine za dolgotrajno oskrbo, gospe Dajana Proševa in Meri Rožanc. Prisotni so bili tudi vodja Klicnega centra 114, gospod Matjaž Florjanc Lukan, njegova namestnika Lučka Župan in Robert Mihelič, ter predstavnica Centra za socialno delo Dolenjske in Bele krajine, gospa Maruša Jerovšek.

Dogodek je bil namenjen našim stanovalcem, njihovim svojcem in številnim zunanjim gostom. Ker se v Domu starejših občanov Novo mesto zavedamo, da področje dolgotrajne oskrbe predstavlja eno najpomembnejših in najaktualnejših družbenih tem, saj neposredno vpliva na življenja starejših, njihovih svojcev in vseh, ki delujemo na tem področju, smo se odločili, da v našo sredino povabimo predstavnike vladnih služb in s tem omogočimo odprt dialog.

Proces uvajanja dolgotrajne oskrbe, ki je trenutno v polnem teku, namreč prinaša številne spremembe in izzive, ki zahtevajo razumevanje, potrpežljivost in čas – tako pri prenosu informacij kot pri uvajanju novosti v prakso, saj neposredno vpliva na naša življenja.



Predstavniki vladnih služb so tako na posvetu predstavili ključne informacije o izvajanju dolgotrajne oskrbe, udeleženci pa so imeli priložnost postaviti konkretna vprašanja in prejeti neposredne odgovore. Več kot 250 udeležencev je izrazilo veliko zadovoljstvo, saj so lahko neposredno slišali tiste, ki sooblikujejo politiko in sprejemajo odločitve, ki bodo v prihodnje pomembno vplivale na kakovost življenja stanovalcev ter delovanje domov za starejše.



Številčna udeležba kaže na to, da je dolgotrajna oskrba tema, ki v slovenskem prostoru vzbuja izjemno zanimanje in tudi potrebo po jasnih, konkretnih odgovorih ter usmeritvah.

Po uradnem delu srečanja je sledil še čas za individualne pogovore in svetovanja, kar so prisotni z veseljem izkoristili. Izmenjava izkušenj, mnenj in vprašanj je dodatno potrdila, kako pomembno je odprto in neposredno sodelovanje med vsemi deležniki – od strokovne in politične javnosti do izvajalcev, uporabnikov in njihovih svojcev.

Ob tej priložnosti se iskreno zahvaljujemo predstavnikom ključnih državnih služb, da so prišli med nas, prisluhnili vprašanjem in delili dragocene informacije. Prepričani smo, da lahko le s sodelovanjem in odprtim dialogom uspešno uresničimo cilje dolgotrajne oskrbe ter ustvarimo sistem, ki bo dostojen, učinkovit in prijazen do uporabnikov.

Prav zato je vsak takšen dogodek korak naprej k skupnemu razumevanju in sodelovanju za boljšo prihodnost dolgotrajne oskrbe v Sloveniji – za prihodnost vseh generacij državljanek in državljanov, ki temelji na empatiji, solidarnosti in medsebojni povezanosti, ne na sebičnosti in zaprtosti, kar so poudarili tudi sami udeleženci posveta, nad katerim so izrazili izredno navdušenje.

V Domu starejših Novo mesto smo ta proces vzeli resno in odgovorno. Tako smo do danes uspeli zbrati soglasja približno 340 stanovalcev, večino teh pa smo že posredovali CSD Ljubljana za uradno prevedbo v sistem dolgotrajne oskrbe. Vloge lahko oddate še do 30. novembra, saj s 1. decembrom uradno vstopamo v dolgotrajno oskrbo.

Za nove prosilce za sprejem v Dom pa to pomeni, da bodo že ob vselitvi podpisovali soglasje za dolgotrajno oskrbo. Po 1. decembru bodo vloge oddajali neposredno na CSD, ki bodo postali vstopne točke za to področje. Danes je z nami tudi predstavnik CSD, ki bo podrobneje pojasnil, kako bodo ti postopki potekali.

Da bi uporabnikom olajšali razumevanje stroškov, je ministrstvo pripravilo tudi spletni kalkulator na uradni spletni strani vlade RS, namenjen informativnemu izračunu cen dolgotrajne oskrbe. Gre za preprost in pregleden pripomoček, ki vsakomur omogoča vpogled v realne stroške bivanja in pomaga pri boljšem razumevanju novega sistema.

Za nas, zaposlene v Domu, pa se delo tukaj ne konča – pravzaprav se šele zares začne. Do 31. decembra moramo pripraviti individualne načrte za vse stanovalce, kar pomeni več kot 350 osebnih načrtov. Vsak od njih je zgodba človeka, njegovega življenja, njegovih potreb in želja – zato bomo to delo opravili s spoštovanjem, empatijo in strokovnostjo.

Vstopamo v novo obdobje, ki prinaša številne spremembe – v postopkih, storitvah, pa tudi v pravicah in možnostih, ki jih bodo imeli naši stanovalci. Ob tem se seveda pojavlja ogromno vprašanj, nejasnosti in tudi skrbi.

Kot je dejala direktorica Doma »... spremembe, ki prihajajo, niso enostavne, so pa potrebne in – verjamem – tudi priložnost, da sistem dolgotrajne oskrbe postane bolj prijazen, pravičen in človeku dostopen. Mi v Domu starejših občanov Novo mesto bomo pri tem ostali to, kar vedno smo bili – Dom z veliko začetnico. Dom, kjer šteje človek.«

Hvaležni smo, da so bili danes z nami predstavniki ključnih služb na področju dolgotrajne oskrbe, saj verjamemo, da lahko le z neposrednim dialogom in sodelovanjem prehodimo to pot uspešno.

Zapisała: Vanesa Gazvoda

MEDGENERACIJSKO DRUŽENJE Z DIJAKI 2. LETNIKA SREDNJE ZDRAVSTVENE IN KEMIJSKE ŠOLE ŠOLSKEGA CENTRA NOVO MESTO

V našem Domu smo gostili dijake 2. letnika Srednje zdravstvene in kemijske šole Novo mesto iz Šolskega centra Novo mesto. Njihov obisk je bil poln topline, smeha in ustvarjalnosti – prav tak, kot si ga želimo, ko se srečajo mladi in starejši.

Dijakom smo najprej predstavili naš Dom in njegovo delovanje, nato pa smo skupaj zavihali rokave pri ustvarjalnih delavnicah, kjer so nastajali čudoviti namizni novoletni okraski. Vzdušje je bilo sproščeno, Dom je preplavila prijetna energija, pogovori pa so dokazali, kako dragocene so vezi med generacijami.

Posebna zahvala gre:

- ge. Sandra Gruban Ulčnik – za idejno zasnovo in vodenje ustvarjalnih delavnic, ki so prinesle veliko navdiha in veselja
- ter **Krkinemu pokroviteljskemu odboru**, ki je omogočil nakup vsega potrebnega materiala in s tem podprl izvedbo tega srčnega projekta.

Takšna srečanja nas vedno znova spomnijo, da je sodelovanje med generacijami več kot le izmenjava izkušenj – je iskrena človeška povezanost, ki bogati vse nas.

Zapisala: Vanesa Gazvoda



OBISKALI SO NAS NAJSTAREJŠI OTROCI IZ VRTCA KEKEC

Teden dni pred mednarodnim dnevom prijaznosti smo v našem Domu doživeli nekaj posebnega — obiskali so nas najstarejši otroci iz vrtca Kekec. S svojim nasmehom, radovednostjo in toplino so v naš Dom prinesli sporočilo prijaznosti, spoštovanja in povezanosti med generacijami.

Naši stanovalci so otrokom z veseljem prebrali nekaj čudovitih zgodb in jih z glasovi popeljali v svet domišljije. Med branjem so se otroci razgibali, zaplesali in s svojo razigranostjo narisali nasmeh na obraze vseh prisotnih. Seveda ni manjkalo niti petja — skupaj so zapeli nekaj znanih pesmi, ki vedno ogrejejo srce in povežejo vse, ne glede na leta.

Ob koncu srečanja so otroci našim stanovalcem podarili srčke z risbicami — preprost, a čudovit znak hvaležnosti in prijaznosti. Skupaj so se še malo posladkali s pripravljenimi prigrizki in si obljubili, da se kmalu spet srečajo.

Ta obisk je pustil močan pečat pri vseh — dokazal je, da prijaznost ne pozna meja in da sta nasmeh ter topla beseda most, ki povezuje generacije.

Zapisala: Vanesa Gazvoda



DRUŽABNIŠTVO

V našem Domu verjamemo, da je vsak trenutek, preživet v dobri družbi, neprecenljiv. Naši stanovalci tako niso sami — ob njih so srčni družabniki, ki s prijaznim pogovorom, pomočjo pri vsakodnevnih opravilih, spremestvom na sprehodu ali preprostim nasmehom prinašajo veselje in občutek povezanosti. Skupaj spodbujamo aktivno preživljanje časa, ustvarjamo drobne radosti in pišemo zgodbe, ki se zares dotaknejo.

Vsak obisk šteje. Vsaka prijazna beseda šteje. Vsaka bližina šteje.

Hvala vsem, ki soustvarjate topel Dom — z dušo in srcem.

Zapisala: Vanesa Gazvoda



V Domu veliko ustvarjamo, kuhamo, telovadimo, igramo miselne igre, se družimo na skupini Pišemo z roko, beremo, se učimo novih veščin, urimo možgane, delamo na vrtu, skrbimo za naše živalicami na domačiji, pojemo, plešemo in se zabavamo.

DRUŽABNI DOGODKI

7. 8. 2025 so nam dan popestrili člani Pevskega zbora DSO Trebnje. Poleg petja je zborovodkinja igrala na harmoniko, gospod pa je izvedel solo nastop na orglice. Vmes so stanovalci skupaj s pevskim zborom tudi zapeli.



dvorano.

Poleg tovrstnih dogodkov v našem Domu vsak mesec organiziramo še praznovanje rojstnih dni, Bachove plese v krogu, peko jajc po oddelkih, veliko in malo tombolo, obisk, pevske vaje ter urice ob kaminu.

Zapisal: Jaka Čop

PRAZNIČNO OKRAŠEVANJE DOMA, SLAVNOSTNI PRIŽIG LUČK IN GLASBENI NASTOP PODARIMO NASMEH



najlepšega – ni prineslo samo okrasitve, temveč tudi iskrene nasmeh, druženje in občutek skupnosti.

Pri prazničnem okraševanju Doma so nam z veseljem in veliko dobre volje priskočili na pomoč dijaki Šolskega centra Novo mesto. Poleg ustvarjalnih rok, ki so pomagale postaviti okraske, razobešati lučke in dodati še zadnje praznične detajle, so poskrbeli tudi za čudovito glasbeno spremljavo, ki je celotno vzdušje še dodatno ogrela.

Ob tem smo skupaj poskrbeli za medgeneracijsko druženje, ki je nekaj



Dijakom gre iskrena zahvala, saj so v naš Dom prinesli veliko energije, dobre volje, srčnosti in prazničnega duha. Dom je po njihovem obisku dobesedno zažarel v

prazničnih lučkah in toplini, ki napoveduje prihajajoče praznike.

Ob čudoviti energiji in plesnih ritmih Plesne skupine Mavrica smo 1. decembra skupaj prižgali naše praznične luči. Krasno glasbeno vzdušje pa so nam pripravili tudi dijaki Srednje zdravstvene in kemijske šole Novo mesto z nastopom Podarimo nasmeh 4. 12. 2025 in dijakinje Srednje gradbene, lesarske in vzgojiteljske šole Novo mesto, ki so 8. decembra pripravile krasen glasbeni nastop in med naše stanovalce razdelile 250 voščilnic s toplimi željami. Hvala mladini, ker nam lepša dneve!



V počastitev godu svetega Nikolaja je nekdanji novomeški prošt, danes ljubljanski stolni prošt prelat Jožef Lap, skupaj z župnikom Župnije Novo mesto Šmihel dr. Štefanom Hosto ter duhovnim pomočnikom našega Doma Jožetom Mrvarjem v avli daroval Miklavževo mašo. Mašo so s čudovitim petjem obogatili pevci Pevske skupine iz Stranske vasi, Škofijski Karitas pa se toplo zahvaljujemo, da je poskrbela za Miklavževa darilca za vse naše stanovalce.



Seveda nas je obiskal tudi sv. Miklavž, ki je s svojimi pomočniki raznesel darila po sobah in poskrbel za pristno praznično presenečenje in veselje naših starostnikov.

Zapisala: Vanesa Gazvoda

OKUSI SVETOV

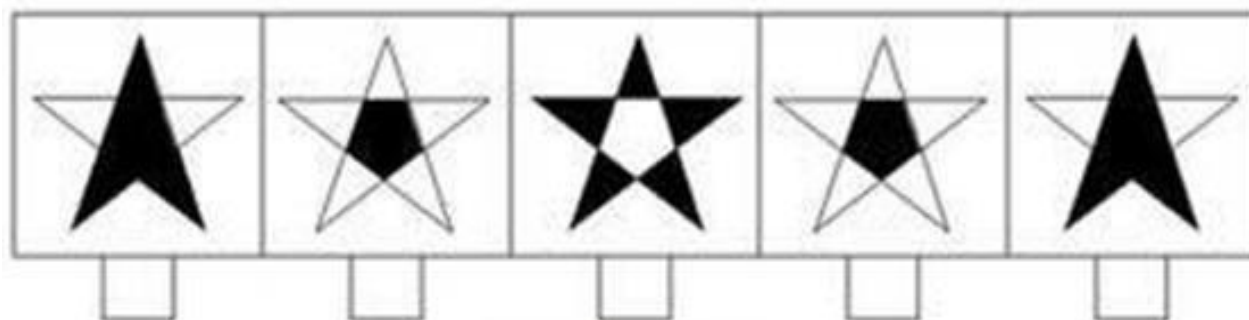
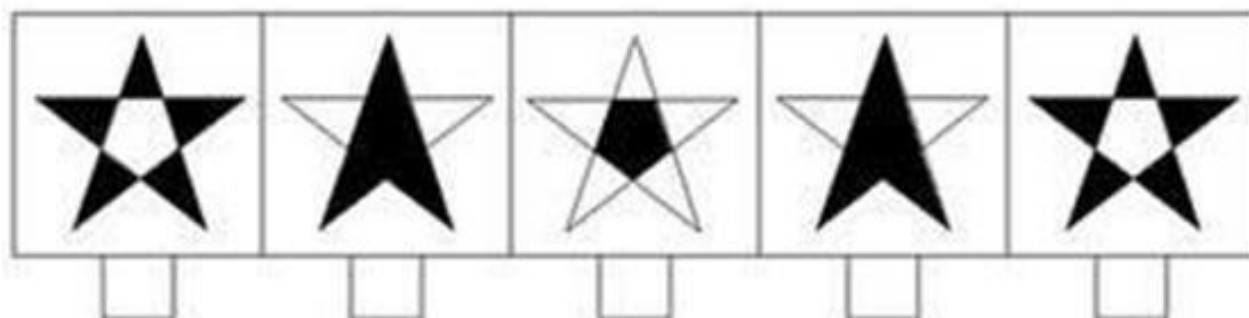
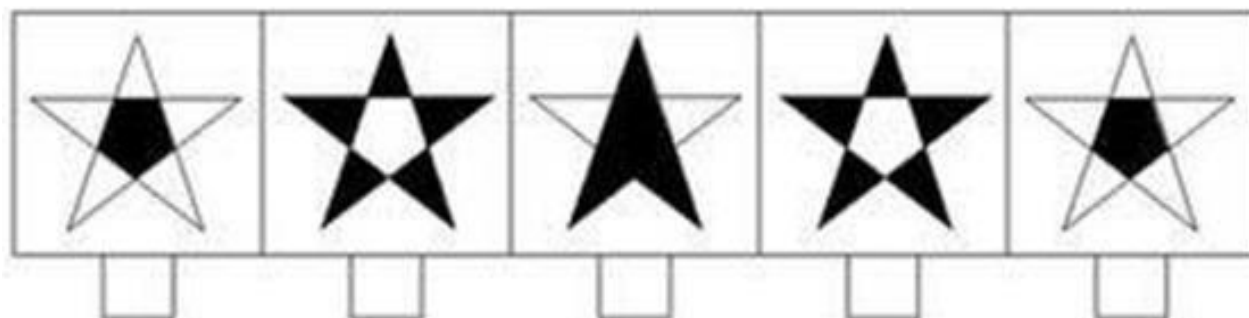
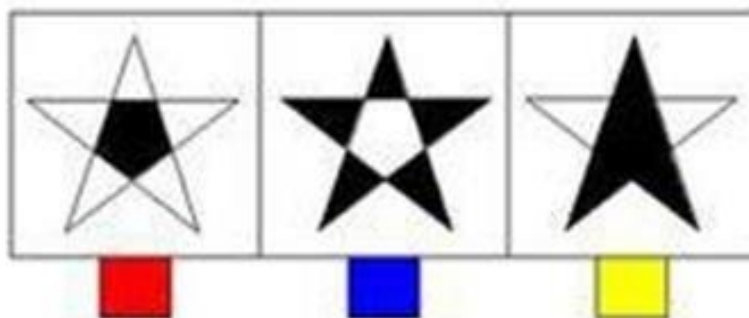


Na svetovni dan migrantov, 18. decembra, bomo v sodelovanju z Društvom za razvijanje prostovoljnega dela Novo mesto organizirali ponovno izvedbo kuharskih delavnic Okusi svetov. Tokrat se bo predstavilo 4 različne kuhinje – ukrajinska, turška, nepalska in palestinska.

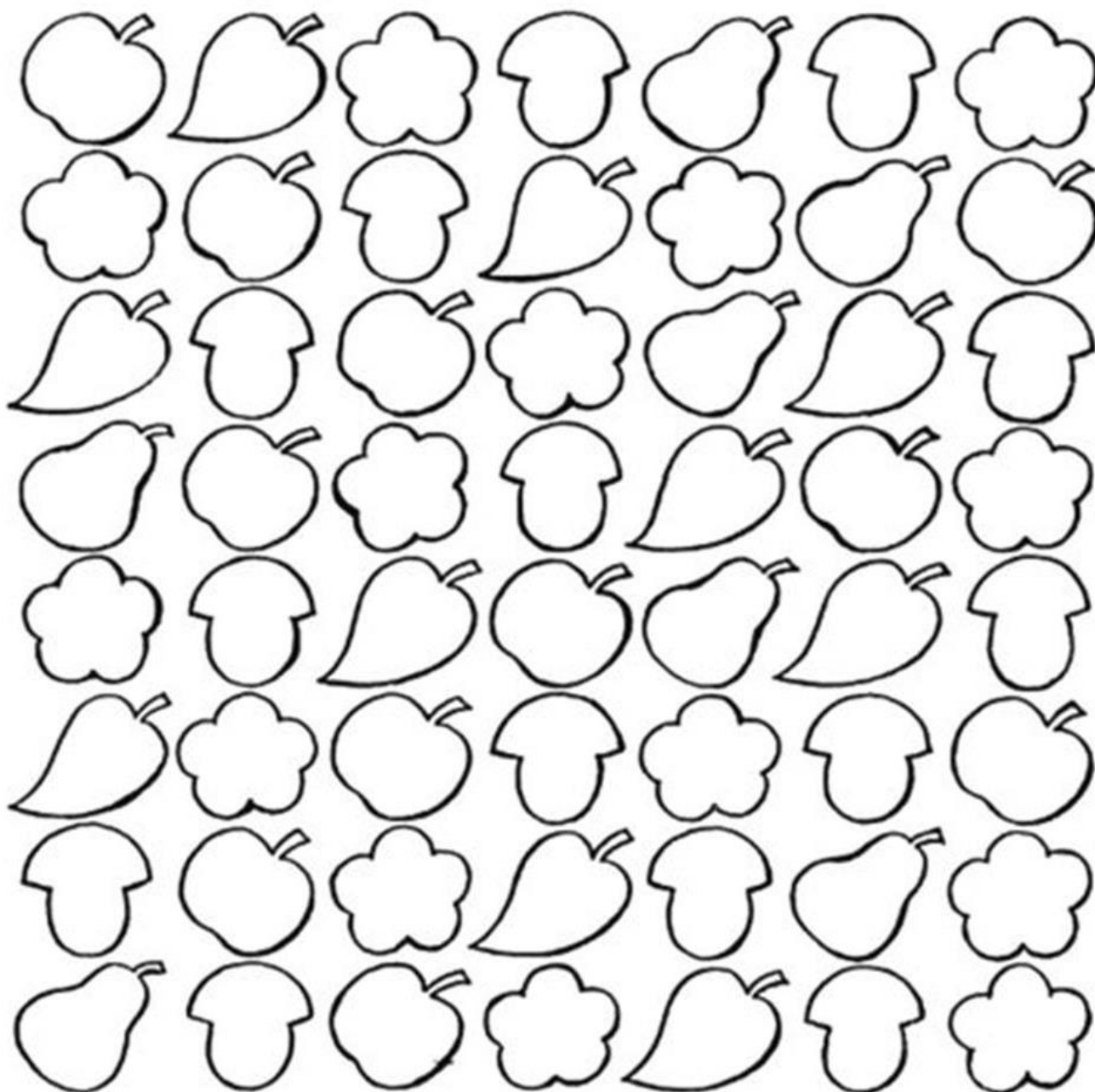
Tovrstni dogodki so izjemno dobrodošli, saj je prav, da ob naraščajoči tuji delovni sili spoznamo tudi njihovo kulturo in kulinarične dobrote.

Zapisala: Vanesa Gazvoda

Če mislite da je naloga pretežka, se motite. Pobarvajte prazne kvadratke pod zvezdami z ustrezno barvo. Zgledujte se po prvi vrsti.



Če boste dobro opazovali, boste lahko pravilno rešili spodnjo nalogo. Vstavite ustrezen znak v vsako obliko. Za pomoč vam je prva vrsta.





**SREČNO
2026!**



Izdajatelj:

DSO Novo mesto

Uredništvo:

Vanesa Gazvoda – urednica

Brigita Konček

Jasmina Drenik

Petra Mihalič

Simona Grgovič

Tisk:

IBS BIRO d.o.o., Novo mesto

Naklada:

250 izvodov

Izdaja:

december 2025



DOM STAREJŠIH OBČANOV

~ Novo mesto ~