

Mi o sebi



GLASILO DRUŠTVA UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA IN DRUŠTVA U3 ŠKOFJA LOKA

Št. 63 • Leto XIX • December 2025



Sreča je
v majhnih
stvareh, toplih
ljudeh, v stisnjenih
dlaneh.

Tone Pavček

Vsebina

4 AKTUALNO

- 4 Sodelujemo pri potujoči zbiralnici odpadkov
- 5 Srečanje gorenjskih upokojencev na Jezerskem

7 DRUŠTVO U3

- 7 Znova pripravljeni na nova spoznanja
- 9 Starejši znamo, zmoremo
- 10 V kuhinji so zadišali jesenski okusi

12 KULTURA

- 13 Spomnili smo se legendarnega Blaža Ogorevca + SLIKA
- 16 Zapeli smo tudi v Pragi + SLIKA

18 NOVI ČLANI

- 18 Šport nas ohranja vitalne

19 PROSTOVOLJSTVO JE VREDNOTA

- 19 Dan se ji zdi vedno prekratek

20 ZANIMIVA OSEBNOST

- 20 Bernarda Debeljak – ljubezen do narave

23 ŠPORT

- 23 Šport je način življenja
- 24 Gorenjsko prvenstvo v plavanju
- 25 Že drugič uspešni organizatorji

27 GREMO NA POT

- 27 Na pohod s ponedeljkovci
- 28 O povezanosti, odgovornosti in trenutku, ko se poti razidejo
- 29 Jesenski pohodi s četrtkovimi planinci
- 31 Družabno življenje upokojencev, ki zmorejo

39 ANKETA

- 39 Smo digitalno pismeni?

Na naslovnici:

Klekljarice

foto: Milan Gogala



Mi o sebi

Izdajatelj

Društvo upokojencev Škofja Loka

Partizanska cesta 1, 4220 Škofja Loka

Tel.: 04 512 06 64

e-pošta: drustvoupokojencev@siol.net

spletna stran: www.du-skofjaloka.si

Odgovorna urednica

Danica Zavrl Žlebir

Uredništvo

Martin Bizjak, Vesna Čadež, Ela Dolinar,

Martina Eržen, Nežka Fojkar, Dragica

Gartner, Miha Ješe, Borjana Koželj,

Nevenka Mandić Orehek, Marinka

Mesec, Maruša Mohorič, Irena Ropret

Pipan, Nada Somrak, Alma Vičar

Lektorica

Nuša Radinja

Oblikovanje

Nives Lunder

Fotografija

Milan Gogala

Tisk

GTO Košir, d. o. o.

Naklada

1600 izvodov

Cena: posamezni izvod 1 €

ISSN 1855-0975

Prihodnja številka bo izšla marca 2026.



DRUŠTVO UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA

Partizanska cesta 1

4220 Škofja Loka

<https://www.du-skofjaloka.si>

MŠ 5010721000, DŠ SI99746352

Tajništvo tel.: 04 512 06 64

in 040 226 667

Blagajna: 031 692 755

Uradne ure:

sreda in petek od 8. do 11. ure



DRUŠTVO U3

Univerza za tretje

življenjsko obdobje

Partizanska cesta 1

4220 Škofja Loka

e-pošta: loka3univerza@gmail.com

<https://3univerza-loka.splet.arnes.si>

Facebook: Univerza TRI

Telefon med uradnimi urami:

064 233 535

Uradne ure:

sreda in petek od 10. do 12. ure

Končujemo uspešno leto



Končujemo uspešno leto, v katerem smo dosegli in celo presegli vse zastavljene cilje. Novi prostori so vse bolj polni, tako da bi nam občasno prav prišel še kakšen dodaten, ob koncu leta pa se je končno začelo urejanje srečevalnice. Pričakujemo, da bo leto tudi finančno uspešno, to pa nam bo v prihajajočem letu dalo še večji zagon.

Pohvaliti je treba vse vodje in sodelujoče v posameznih sekcijah. Kulturne skupine – Mešani pevski zbor Vrelec, Pevska skupina Mavrica in Loške orglice – so letos dosegle rekordno število nastopov. Kulturni center Kamnitnik v prvem letu delovanja približno 20-krat napolni dvorano z obiskovalci različnih predavanj, predstavitev in scenskih kulturnih prireditev. V galeriji Zlatin hodnik si razstave naših članov in gostov sledijo ena za drugo. Otvoritve razstav so postale pravi kulturni dogodek, na katerem se redno predstavljajo številni glasbeniki. Prostorna knjižnica ima vse več bralcev, knjižni fond se vztrajno veča, vedno več je tudi sodelujočih pri bralni znački.

Najštevilnejše in najbolj dejavne so brez dvoma športne sekcije. Poleg množičnosti se v njih tudi letos lahko pohvalijo z dobrimi rezultati. Moška balinarska ekipa je postala državni prvak med upokojenci, ženska namiznoteniška ekipa je zasedla drugo mesto. Veliko je bilo tudi območnih gorenjskih prvakov. Izkazali smo se pri organizaciji športnih tekmovanj, saj je bilo odlično organizirano npr. državno prvenstvo upokojencev v streljanju. Uspešno so bila izvedena tudi območna tekmovanja v več drugih športnih disciplinah. Med športne discipline smo uvrstili tudi novo panogo štrbunk.

Na področju turizma smo se udeležili vseh načrtovanih letovanj in izletov, obiskali smo pobrateno mesto Judenburg, pripravili ponovno letno in jesensko srečanje ter se udeležili najprej trgatve, potem pa še krsta vina z martinovanjem.

Program Starejši za starejše še vedno odlično deluje predvsem po zaslugi zagnanih prostovoljk in prostovoljcev. Letos so se poleg dozdašnje pomoči starejšim občanom dejavno vključili tudi v predstavitev potujoče zbiralnice odpadkov.

Na področju izobraževanja dobro sodelujemo z Društvom U3, vse več pa je povezav tudi z drugim sosedom na hodniku, to je z Medobčinskim društvom invalidov Škofja Loka, ter s sosedi čez cesto, podjetjem Želva.

Pozabiti ne smemo niti rednega obveščanja našega članstva po elektronski pošti, na spletni strani in oglasnih deskah. Najpomembnejši informator o našem delu in hkrati promotor našega društva pa je glasilo Mi o sebi.

Za uspešno delovanje društva vestno skrbi tehnično osebje. Vsak posameznik je pomemben za dobro delovanje društva in prav vsakemu se zahvaljujem za delo in prizadevnost. Delovali smo usklajeno in v dobrem sodelovanju.

***Vsem članicam in članom društva
želim v prihajajočem pasijonskem letu
2026 veliko zdravja, uspehov in izpolnitev
čim več osebnih želja.***

Miha Ješe, predsednik

Sodelujemo pri Potujoči zbiralnici odpadkov

► Miha Ješe

Društvo upokojencev se je dejavno vključilo v projekt Komunale Škofja Loka in Občine Škofja Loka Potujoča zbiralnica odpadkov, tako da o njej ob obiskih obveščamo predvsem starejše občane na celotnem območju naše občine.

Septembra smo se lahko seznanili z njenim delovanjem na parkirišču pred našimi prostori na Partizanski cesti. Res je zelo racionalno urejena,

primerna za zbiranje prav vseh vrst odpadkov, v posebnem delu pa ima še potujočo knjižnico.

Ob tej priložnosti smo se seznanili tudi z izdelavo »loške svečke«, ki je narejena iz odpadnega olja, kozarcev od konzervirane zelenjave in pokrovčkov, narejenih iz rabljenih pločevink za pivo. Vsak je izdelal svojo svečo, ki jo je pozneje lahko prižgali v spomin na pokojne svojce.



Potujoča zbiralnica odpadkov



Na delavnici »Loške svečke«

© Miha Ješe

2025 uspešno izvedla projekt Potujoča zbiralnica odpadkov.

V sklopu projekta smo kupili Potujočo zbiralnico odpadkov, ki nam omogoča zbiranje različnih odpadkov in izmenjavo knjig po celotni občini Škofja Loka.

Kdaj in kje bomo prisotni v letu 2026?

V letu 2026 bomo v vsaki krajevni skupnosti prisotni do 5-krat letno. Datumi zbiranja odpadkov v Potujoči zbiralnici bodo na koledarjih odvoza odpadkov označeni z zeleno barvo. Zbiranje bo potekalo ob sobotah. Točne ure in lokacije bomo objavili na spletni strani Komunale Škofja Loka in Radiu Sora.

V Potujoči zbiralnici bomo zbirali odpadke, kot so:

- zdravila
- injekcijske igle,
- prehranska dopolnila,
- baterije,
- barve, lepila, tonerje,
- oblačila in obutev (uporabna in neuporabna),
- odpadno jedilno in motorno olje,
- ličila in kozmetiko, čistila,
- sijalke in žarnice ter
- male električne gospodinjske aparate.

V sklopu Potujoče zbiralnice odpadkov se nahaja tudi izmenjevalnica knjig, kjer si lahko brezplačno izmenjate knjige.



Oddaja odpadkov je za vse uporabnike iz občine Škofja Loka brezplačna.



Srečanje Gorenjskih upokoјencev na Jezerskem

► Maruša Mohorič

V našem društvu upokoјencev smo prejeli prijazno vabilo na septembrsko letno srečanje na Jezerskem. Ker je bilo zanimanje za udeležbo pri nas bolj slabo, smo se tja skupaj s člani Društva upokoјencev za Selško dolino odpeljali z minibusom. Vremenska napoved ni bila perfektna, zato smo imeli s seboj dežnike, ki so nam prišli še kako prav, kljub temu pa nam je sončno vreme omogočilo tudi sprehode na več strani.

Pod velikanskim šotorom v bližini jezera nas je pozdravil predsednik PZDU Robert Plavčak in nam zaželel prijetno druženje, hkrati pa se je županu občine Jezersko Andreju Karničarju zahvalil za organizacijo letošnjega srečanja. S svojimi nagovori so nas pozdravili tudi predsednik DU Jezersko Milan Milošič, župan Andrej Karničar in še kdo.

Za veselje so v kulturnem programu poskrbeli otroci folklorne skupine podružnične osnovne šole Jezersko in Jezerske ljudske pevke v narodnih nošah. Nato je bil čas za petje in ples, za kar je poskrbel domači ansambel Jutro.

Bil je čas za malico ali kosilo, vrste pred »šanki« pa dooolge, zato sva se s prijateljico Bredo odločili, da greva na sprehod. Odpravili sva se proti znani Šenkovi domačiji. Sonce je grelo, razgledi na najino, pred leti prehojeno pot na Ledine in od tam do Češke kočice in nazaj na Jezersko, pa so bili izjemni.

Vrnili sva se na prizorišče, se okrepčali ter šli še do jezera,

potem pa na avtobus in proti domu. Bilo je zanimivo, pestro.

Ob tej priložnosti se Železnikarjem zahvaljujem za prevoz,

pa tudi za julijske in avgustovske prevoze na kopanje v Izolo, kjer smo se lahko naužili morskih radosti.



Foto: DU Jezersko

Medgeneracijski ton je srečanju dal nastop folklorne skupine Podružnične šole Jezersko.



V kulturnem programu so nastopile Jezerske ljudske pevke.



Srečanje gorenjskih upokoјencev na Jezerskem

Izredna denarna pomoč

► Nežka Fojkar

Socialnovarstvene pravice in storitve navadno urejamo v pristojnem Centru za socialno delo. Namenjene so vsem občanom, ki zaidejo bodisi v materialno bodisi v nematerialno stisko. Namen storitev je, da uporabnik ob pomoči strokovnega delavca prepozna in opredeli stisko ali težavo, predvidi morebitne rešitve ter ob upravičenosti dobi ustrezno pomoč. Center za socialno delo lahko obiščete kadar koli med uradnimi urami, saj vam je tedaj tam vedno na voljo dežurni strokovni delavec. Uporabniki lahko uveljavljamo zelo različne socialnovarstvene pomoči, pač odvisno od vrste težave ali stiske, ki nas pesti.

Vsakdo izmed nas se lahko iz različnih razlogov znajde v stiski ali težavi, ki je na prvi pogled težko rešljiva.

Zlasti starejši z zelo nizkimi pokojninami zaradi svoje skromnosti in nepoznavanja svojih pravic pogosto ne vedo, da bi kakšno težavo morda lažje rešili, če bi za pomoč prosili Center za socialno delo.

Ena izmed pomoči za omilitev materialne stiske posameznika ali družine je **IZREDNA DENARNA POMOČ**. To lahko dobi posameznik ali družina, če izkazuje izredne stroške, povezane s preživljanjem, vendar jih s svojim dohodkom ne more poravnati. Uporabnik mora v vlogi za tovrstno pomoč navesti, za kateri namen potrebuje pomoč in v kolikšni vrednosti. Izredno denarno pomoč je mogoče dodeliti kot enkratni znesek za obdobje od treh do šestih mesecev (npr. za nakup kurjave, za visok poračun na položnici, za bolnike za prehrano, za izredne dogodke – požar, nesreča ...).

Po prejetju socialne pomoči mora vsak prejemnik CSD-ju predložiti dokazilo o namenski porabi teh sredstev.

Dragi bralci in bralke, če ste prejemniki najnižje pokojnine za 40 let dela ali manj, vaša pokojnina ne dosega niti praga revščine. Če se znajdete v stiski, ki je povezana s trenutnim preživljanjem in materialno ogroženostjo, ste verjetno upravičeni tudi do tovrstne pomoči. Zberite pogum, obiščite Center za socialno delo in omilite svojo težavo.

Nova koordinatorica

► Nežka Fojkar



Tadeja Piskač Hafner

V DU Škofja Loka že vse od aprila 2008 uspešno izvajamo program Starejši za starejše. Delo programa sem vse doslej vodila in usklajevala sama, z letom

2026 pa to nalogo prepuščam novi koordinatorici Tadeji Piskač Hafner. Že letos se pridno uvaja in menim, da bi težko našli boljšo zamenjavo, saj gre za mlado upokojenko z dragocenimi izkušnjami pri delu s starejšimi občani, saj dobro pozna tudi obseg in razseljenost naše občine.

Mladi vedno prinašajo novo moč, zavzetost, popestritev in nove izzive, zato sem prepričana, da bo program Starejši za starejše v prihodnje z njo na čelu še uspešnejši.

»Po poklicu sem diplomirana medicinska sestra in v zdravstvu sem bila zaposlena vso svojo poklicno kariero, in sicer 25 let v bolnišnici, zadnjih 16 let pa kot patronažna medicinska sestra

v Zdravstvenem domu Škofja Loka,« se je predstavila Tadeja Piskač Hafner. »Po upokojitvi se mi je ponudila priložnost, da se pridružim programu Starejši za starejše.

Izziv sem z veseljem sprejela, saj mi bodo pri tem delu v veliko pomoč moje poklicne izkušnje, predvsem problematika starejših in poznavanje terena. Letos sem na skupnih sestankih spoznala način delovanja programa in njegove člane, zato bom tudi lažje prevzela novo področje dela. Še naprej si želim dobrega sodelovanja z vsemi člani in članicami, predvsem pa s prejšnjo koordinatorico, ki mi je velikodušno posredovala svoje izkušnje.«

Znova pripravljeni na nova spoznanja



► Mira Vraničar

Novo študijsko leto 2025/2026 je tu

Z velikim veseljem vas pozdravljam na pragu novega, že 21. študijskega leta našega društva. Novo obdobje ponuja nove priložnosti za druženje, učenje, odkrivanje skritih talentov in širjenje obzorij – vse tisto, kar Univerzo za tretje življenjsko obdobje dela tako edinstveno in dragoceno.

Znova smo oziroma ste stopili na pot učenja, raziskovanja in druženja, ki bogati in osmišlja tretje življenjsko obdobje.

Izjemno nas veseli in navdihuje, da ste se tudi letos v tako velikem številu odločili za vpis v naše programe. Letos smo zaznali kar 26 odstotkov večji vpis kot v enakem obdobju lani. Hvala vam za izkazano zaupanje in zvestobo. Tako visok vpis je najlepše priznanje delu vseh, ki skrbimo za bogat in pester program, je pa tudi dokaz, da je želja po znanju, aktivnem življenju in medgeneracijskem povezovanju v Škofji Loki zares velika. Če še razmišljate, ali bi se nam pridružili, dobrodošli, pridite in se vpišite, saj je na voljo veliko različnih in zanimivih krožkov, ničesar še niste zamudili.

Tudi letos ohranjamo pestro izbiro dejavnosti, ki so se v prejšnjih letih izkazale za izjemno priljubljene: jezikovne krožke, s katerimi ohranjate svojo govorno spretnost in se pripravljate na nova potovanja; krožke za telesno in miselno aktivnost; za ljubitelje ustvarjanja ponujamo keramiko, slikanje, kvačkanje, klekljanje, dejavnosti ročnih spretnosti; ne smemo pozabiti na vključevanje v digitalni svet, zato znova pripravljamo delavnice za uporabo pametnih naprav in internetnih orodij. Kot že vrsto let boste tudi letos veliko izvedeli o biserih Slovenije in jih tudi obiskali.

Da bi naše delo ostalo sveže in zanimivo, smo v program vključili tudi nekaj novosti: spoznavanje botanike – rastlin v našem okolju oziroma bližnje okolice s Poljansko in Selško dolino, v kuharski delavnici pa bomo nadgradili svoje kuharske spretnosti.

Vsekakor ste vabljeni na različna predavanja iz zgodovine, astronomije, potopisna predavanja, umetnostne zgodovine in še kaj se bo našlo ...

Načrtujemo tudi organizacijo celodnevne izleta ter več obiskov različnih kulturnih dogodkov.

Vsak izmed vas s svojo radovednostjo, izkušnjami in voljo do dela ustvarja srce in dušo našega društva.

Univerza za tretje življenjsko obdobje je več kot le izobraževanje, je priložnost za druženje, za tkanje novih prijateljskih vezi in za ohranjanje bistrega duha. Naj bo to študijsko leto polno smeha, novih spoznanj in nepozabnih trenutkov.

Celotna ekipa Društva U3 Škofja Loka se iskreno zahvaljuje predvsem vsem mentorjem, prostovoljcem in sodelavcem.

**Želimo vam obilo
zdravja, zadovoljstva in
neusahljive volje do
učenja ter druženja
tudi v prihodnje.**

Mira Vraničar s
sodelavkami v Društvu U3



***S točke informacij vam ob božiču želimo
veliko sreče, v novem letu pa veliko zdravja
in osebnega zadovoljstva.***

***Tudi v novem letu vam bomo omogačali povezavo
s ponudniki storitve za starejše in invalide.
Pokličite na brezplačno številko 080 22 61***

Barok v Sloveniji

► Majda Puhar Kovač

Člani in članice Društva U3 smo si v Narodni galeriji vodeno ogledali veliko razstavo Barok v Sloveniji. Razstava (zaprli so jo 12. decembra) je prikazovala baročno slikarstvo in kiparstvo tedanjih slovenskih pokrajin, ki so sodile v okvir habsburških dednih dežel Kranjske, Štajerske in Goriške, zdajšnje Prekmurje pa v kraljevino Ogrsko. Barok je



umetnostni slog, ki se je oblikoval v 17. stoletju, najprej v Rimu, pozneje pa se je kot odgovor na reformacijo v 16. stoletju razširil po vsej Evropi.

Vsem baročnim delom je skupna težnja po monumentalnosti, razkošju, okrašenosti in slikovitosti ter dramatičnem kontrastu med svetlobo in senco. Vse to lahko opazimo tudi v vseh razstavljenih delih, nastalih na slovenskem ozemlju. Največ je cerkvenih, nekaj pa je tudi del, ki so krasila deželne, mestne in zasebne posvetne prostore. Ogledali smo si lahko še multimedijско projekcijo poslikav, izjemen vtis pa naredita tudi veliki слиki tedanje cesarice Marije Terezije iz obdobja njene mladosti in iz poznejšega obdobja, ko je prikazana kot žalujoča vdova. Pri nas so baročna dela najpogosteje nastajala v cerkvah, samostanih, palačah in gradovih, to pa je bilo zelo dobro prikazano tudi na razstavi. Baročne umetnine si v Ljubljani lahko ogledamo kar z obiskom najvidnejših: stolnice sv. Nikolaja, Uršulinske in Križevniške cerkve, Semeniške knjižnice itn.

Ali ste vedeli, da beseda barok izhaja iz portugalske besede »barocco«, ki pomeni biser nepravilne oblike?

Uvodni izlet na Dolenjsko

► Majda Puhar Kovač

Novo študijsko leto smo v Društva U3 Škofja Loka začeli s čudovitim izletom na Dolenjsko. V Šentrupertu smo si najprej vodeno ogledali »Deželo kozolcev«, v kateri je na ogled 19 različnih sušilnih naprav iz Mirenske doline – od preprostih ostrvi do bogato okrašenih topolarjev. Najstarejši, s slamo krit Lukanov topolar, je iz leta 1795. Nato smo se odpeljali do Muzeja Lojzeta Slaka in



© Majda Puhar Kovač

Toneta Pavčka v Mirni Peči. Uživali smo v živopisni predstavitvi Pavčkovega življenja in dela – pesnika slovenske duše in vele mojstra slovenskega verza, ki je povečeval življenje in ljubezen do našega jezika. Še bolj smo se sprostili ob ogledu dosežkov Lojzeta Slaka, virtuoza na frajtonarici, kot rečemo diatonični harmoniki.

Živahna vodnica nas je spodbudila, da smo ob njeni spremljavi še sami zapeli, ter nas tudi posnela. Dobra volja se je še stopnjevala ob bogati dolenjski pojedini v gostilni Cesar.

V nadaljevanju smo se odpeljali še bolj na jug ter se seznanili z bogato zgodovino Kostanjevice ob Krki, našega najmanjšega mesta z le dvema ulicama in veliko kulture. Ste vedeli, da imajo tam poleg Galerije Božidarja Jakca v starem samostanu in Forme vive na pročelju OŠ Jožeta Gorjupa tudi največji stenski mozaik iz leta 1982, ki ponazarja bitko na Krškem polju leta 1573?

In za konec še malce Pavčka:

»Na svetu si, da gledaš sonce, na svetu si, da greš za soncem, na svetu si, da sam si sonce in da s sveta odganjaš sence!«

Izlet v Sevnico

► Ela Dolinar

Na lep jesenski dan smo se z vlakom odpeljali proti Sevnici. Najprej smo si v tamkajšnji slaščičarni privoščili kavo in se posladkali s torto Melanija. Sledil je sprehod do gradu. Vodnica nas je popeljala po njegovi notranjosti ter nam približala zgodovino in minula stoletja stare grajske zgodbe.

Grad Sevnica je bil prvič omenjen v salzburškem urbarju za Brežice in Sevnico leta 1309 kot »castellum« Lichtenwald. Na zgodovinskem prizorišču se je sevniški grad pojavil tudi za časa hrvaško-slovenskega kmečkega upora leta 1573. Ilija Gregorič, ki je s približno šeststotimi puntarji



© Ela Dolinar

prodiral po levem bregu reke Save od Vidma proti Radečam in Celju, je v Sevnico prispel 5. februarja. Tedanji zakupnik gradu je bil baron Boltežar Lamberg, ki je puntarje pogostil s hrano in pijačo ter tako grad obvaroval pred uničenjem. Njegova taktika pa ne bi obrodila sadov, če se ne bi že prej izkazal kot prijazen gospodar svojih kmetov.

Razvoj grajske stavbe do leta 1595 ni znan, zato tudi ne moremo ničesar vedeti o videzu gradu pred tem letom, ko ga je kupil Inocenc Moscon. Družina Moscon je bila italijanskega rodu in je bila lastnica gradov Krško, Podsreda, Ortnek, Pišece ...

Od leta 1910 do 1945 je bila lastnica gradu grofica Matilda Arco Zinneberg. Tedaj je bilo v njem še zelo veliko dragocenosti in starin. Tudi o tej grofici in bajni grajski opremi, ki naj bi jo posedovala, so se med krajani Sevnice ohranile številne legende. V tem obdobju je bila Lutrovska klet znova uporabljena kot grobnica, v kateri sta bila pokopana grofičin mož Artur Tränkel in njuna hči Kitty.

Med drugo svetovno vojno se je grofica odselila v Italijo, za grad z vsemi dragocenostmi vred pa je med vojno skrbela oskrbnica. Pred gradom so tudi lep park in grajski vinogradi.



Starejši znamo, zmoremo

Ustvarjalni natečaj ob mednarodnem dnevu starejših 2025

Mednarodni dan starejših je letos v Kranju zaznamovala izjemno bogata in obsežna razstava, ki priča o vitalnosti in ustvarjalnosti starejše generacije. Organizatorji so z velikim ponosom sporočili, da je na razstavo, namenjeno praznovanju ustvarjalnega duha starejših, svoje izdelke prispevalo kar 123 umetnikov in ustvarjalcev. Tolikšen odziv je dokaz,

da umetnost in ustvarjanje ne poznata starosti in da sta pomemben del aktivnega življenja starejših.

Še posebej pomembno je poudariti vlogo organiziranih društev: naše društvo U3 se je na ta natečaj odzvalo že tretje leto zapored in to potrjuje našo zavezanost k spodbujanju ustvarjalnosti.

Med razstavljenimi deli so bili na ogled tudi unikatni izdelki, ki so jih ustvarile oblikovalke gline iz našega društva.

Tanja Nikolić

Obiskali smo Žiri

► Majda Puhar Kovač

To pot smo se članice Društva U3 podale v vse do 1994 del škofjeloške občine, zdaj pa samostojno občino in od leta 2005 tudi mesto ŽIRI. Ta kraj s 5000 prebivalci leži na razpotju med Gorenjsko, Primorsko in Notranjsko, tam je tekla rapalska meja med Italijo in Kraljevino SHS, tam je bila načrtovana tudi Rupnikova linija. Najprej smo se ustavile v zdajšnjem središču Žirov ter si vodeno ogledale prostore Klekljarskega društva Cvetke in njihove prelepe izdelke, ki jim rečejo »špice«. Šola klekljanja v Žireh obstaja že 120 let! Nato smo se podale mimo zdajšnje osnovne šole ter spomenika padlim

v NOB, spomenika skladatelju Antonu Jobstu – stebru žirovske glasbe – in spomenika padlim med prvo svetovno vojno do mogočne cerkve sv. Martina, ki je upodobljen v krasnem mozaiku glavnega oltarja. Cerkev krasijo tudi lepa marmorna prižnica, obnovljene orgle in novi vitraji s svetopisemskimi motivi. Nato smo se odpravile mimo domačije in vrta umetnika Tomaža Kržišnika (ogled spomladi) do muzeja v najstarejšem delu Žirov. V njem so prikazane pestra zgodovina tega mesta in najpomembnejše obrti, ki so dajale kruh domačinom: klekljarstvo, čevljarstvo, platnarstvo in mlinarstvo.

V zgornjem nadstropju so razstavljeni dela znanih žirovskih umetnikov naivcev: Ivana Gluhodova, Konrada Peternelja Slo-



© Majda Puhar Kovač

venca, Janeza Sedeja, Jožeta Peternelja Mauserja idr. Za konec smo sedle še v bistro Ambasada, v katerem družina Biljali že desetletja združuje krajanje in popotnike. Tudi nam se je prilegla njihova dobrodošlica s kavo in odlično sirnico.

Kuharska delavnica

► Mira Vraničar

V kuhinji so zadišali jesenski okusi

Naša jesenska kuharska delavnica nas je s čudovito pojedino

popeljala v bogate okuse sezone s tridelnim menijem, ki združuje tradicionalne in sodobne jesenske sestavine. Kremna bučna juha iz buče hokaido, obogatena z jogurtovo peno in bučnimi semeni, je postregla s toplino in sladkobo jeseni. Glavna jed je bil svinjski file s slivami, ki ponuja popolno

ravnovesje med slanim in sladkim. Za prilogo smo pripravili klasični kruhov cmok, pečeno korenje z medom in pečena cvetača z drobtinicami pa sta poskrbela za slasten jesenski priokus. In za piko na i smo se še posladkali z nebeško čokoladno kremo »mousse« (oz. mus) in hrustljavim lešnikovim drobljencem.

Delavnica je pod vodstvom mladega kuharskega mojstra (chefa) Vida potekala v toplem, sproščenem ozračju, idealnem za druženje in učenje. Poudarek je bil na skupnem ustvarjanju, deljenju izkušenj in uživanju v jesenskih okusih. Se že veselimo novih učnih ur, saj bodo gotovo obogatile naše kulinarčno znanje. Ob zaključku kuharske delavnice naj pohvalim udeležence za odlično timsko delo, okusne kreacije in pozitivno energijo.



© Mira Vraničar

Kuharska delavnica z jesenskimi okusi

Marinkina knjižnica

Ivan Sivec

Visoški gospod

Roman je podnaslovljen z zgovornim in vznemirljivim podnaslovom: *Vse ljubezni pisatelja Ivana Tavčarja*. Obsega deset poglavij, v katerih je prikazano Tavčarjevo otroštvo v Poljanah, prva velika ljubljanska ljubezen, šolanje na Dunaju, živahna odvetniška in ljubezenska pot v Kranju, srečanje in poroka z bogato Franjo Košenini, lov in ribolov v škofjeloškem pogorju, življenje in ustvarjanje na posestvu in v dvorcu Visoko, desetletno ljubljansko županovanje ter nazorni utrinki o nastanku dveh največjih Tavčarjevih dragocenosti, *Cvetja v jeseni* in *Visoške kronike*.

William P. Young

Koliba

Mack odpelje svoje otroke na taborjenje, na katerem preživljajo brezskrbne dni, dokler ne izgine njegova hči Missy, za katero se izkaže, da je bila ugrabljenka in umorjena.

Tri leta in pol po žalostnem dogodku Mack prejme pismo, v katerem ga »Očka« vabi na srečanje v kolibo. Povabila ne razume popolnoma, saj s svojim nasilnim očetom že od mladosti ni imel stikov. Prešine ga, da bi bilo sporočilo lahko od Boga. Tako se sam odpravi v kolibo, kjer preživi nadvse razsvetljujoč konec tedna ... Pretresljiv in hkrati čudovit roman, ki ga je avtor napisal kot božično darilo svojim otrokom.

Peter Mayle

Leto dni v Provansi

Leto dni v Provansi je potopisni roman, prepleten s spomini, po njem pa je bila posneta tudi TV-nadaljevanka. Angleški par kupi starejšo hišo v Franciji. Navdušeno se lotita prenove, a kmalu ugotovita, da čas na podeželju teče povsem drugače kot v mestu.

Nagib Mahfuz

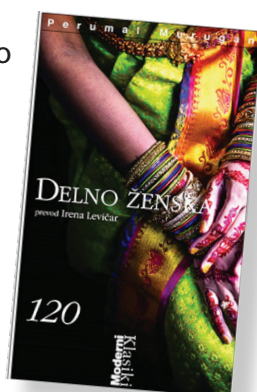
Ogledala

Ogledala sestavlja 55 pripovedi, ki opisujejo pisateljeve znance in so naslovljeni po njihovih imenih. Bralec lahko v zgodbah posameznikov (otrok, gospodinj, študentov, uradnikov itn.) spozna egiptovsko družbo v obdobju političnih in socialnih sprememb od revolucije 1919 do arabsko-izraelske vojne leta 1967. Seštevek vseh zgodb prikazuje ogledalo egiptovske stvarnosti. Znameniti egiptovski pisatelj Nagib Mahfouz (1911–2006) je leta 1988 kot prvi in (doslej) edini arabski avtor prejel Nobelovo nagrado za književnost.

Perumal Murugan

Delno ženska

Roman *Delno ženska* je bil napisan v južnoindijskem jeziku tamilščina, to pa je tudi eden prvih slovenskih prevodov iz del sodobne indijske književnosti, ki ni bila napisana v angleščini. V delu spremljamo zgodbo zakoncev Kalija in Pone, ki kljub revščini



živita polno življenje, njuno srečo kali le dejstvo, da Poni nikakor ne more zanositi. Roman, ki je poln čudovitih in slikovitih kot grobih in okrutnih podob podeželske Indije ter tradicionalne indijske družbe, je po izidu sprožil zato silovite napade in proteste, da je avtor za nekaj časa prenehal pisati.

Emma Bon

Milfa

Milfa je pod psevdonimom objavljen romaneskni prvenec slovenske avtorice, sicer uspešne poslovne ženske.

Glavna junakinja knjige je 39-letna Asja, ki v zadnjem letu pred prelomnim štiridesetim naredi prelomnico tudi v svojem življenju. Vse bolj namreč spoznava, da s svojim starajočim se, dolgočasnim in zanemarjenim soprogom ni srečna, njena dognanja pa dokončno potrdi mlad ljubimec, ki je hkrati njen poslovni partner. Zapleteta se v burno afero, v kateri ne majka ognjevitega seksa, življenjskih razmislekov in odločitev, ki posežejo v življenja vseh vpletenih.



► Zbrala

Nevenka Mandić Orehek

Zgodbe so povsod okoli nas

► Danica Zavrl Žlebir

Minka Likar, pisateljica iz Poljanske doline, je novembra predstavila svojo peto knjigo – najprej rojakom v Šubičevi hiši v Poljanah ter nato še v dvorani Društva upokojencev v Škofji Loki. Pogovor z avtorico vodila Tatjana Štular iz Društva upokojenih pedagoških delavcev.

Knjiga *Onkraj sebe – ljubezen ne mine* je, kot rečeno, že peta Minkina knjiga. Prejšnjo *Onkraj sebe* je izdala pred desetletjem, pred tem pa še *Odmevi izpod Blegošja*, *Sopotnik v svojem avtu* in *Mladost na preizkušnji*. Avtorica v vseh ostaja zvesta svoji Poljanski dolini, saj njene zgodbe



© Danica Zavrl Žlebir

Minka Likar s svojo peto knjigo

prikazujejo duh nekega časa pod Blegošem.

V peti knjigi jih je zbranih 59. To so bogate podobe življenja, je v uvodu zapisala Marina Jurjevič, bralca pa pritegnejo, da

knjige kar ne more odložiti. Ko se je letos v začetku leta lotila svoje pete knjige, si je Minka Likar zadala tri novoletne želje: vztrajnost, potrpežljivost in delo s premislekom, tem pa je dodala še misel, kako pomembno je, da ima človek rad samega sebe in da vse dela zaradi sebe.

Minka ima dober občutek za zgodbe, ki živijo povsod okrog nas, z malce domišljije pa jim da še dodaten zagon.

Veliko jih je povzela iz očetovega pripovedovanja o vaškem življenju, nekaj je zapisanih v njenih otroških spominih, s ščepcem domišljije pa zgodbe zaživijo pred nami, kot bi bile resnične. »Četudi je marsikatera izmišljena, je napisana tako, da bi lahko bila tudi resnična,« pravi avtorica.

Bistri um Eda Erzetiča

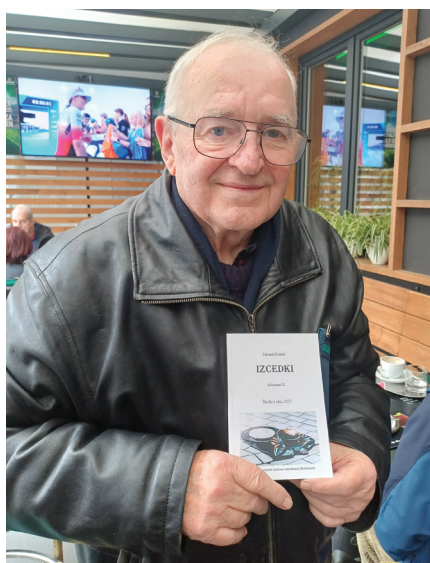
► Maruša Mohorič

V začetku poletja smo ljubiteljice in ljubitelji aforizmov doživeli novo presenečenje. Edo je v samozaložbi izdal še drugi del svojih aforizmov z naslovom *Izcedki*. Že leta 2021 so nas v dobro voljo spravljali *Izbruhi*.

Aforizem je zgoščeno izražena duhovita, globoka misel, povedana na osebni, duhoviti način. Pravila pa zahtevajo, da s pisanjem nikogar ne žališ. Primer: »Sem že v tistih letih, ko sem še najbolj primeren za reklamo za slušne aparate.«

Zanimalo me je, kdaj, kako in zakaj je začel pisati aforizme.

»Bil sem naročnik na edini slovenski humoristični časnik Pavliha, tudi njegov dopisnik.



© Danica Zavrl Žlebir

Edo Erzetič s svojo knjigo *Izcedki*

Med humorjem v sliki in besedi so me zelo nagovarjali aforizmi, navadno napisani kot metafora (prispodoba). Njihovi avtorji so bili moji vzorniki, zlasti Žarko Petan, najbolj »špičast« med njimi, tudi Evgen Jurič in Branko Šömen. Pozneje sem našel še poljskega aforista Stanislava Leca,

v zadnjih letih pa (kranjskega) prijatelja dr. Kaltnekerja.«

Zaradi slabih življenjskih razmer se je odločil za posebno izobraževanje. Obiskoval je različna predavanja iz psihologije, antropologije, morale in nemorale, predavanja o človeških odnosih na različnih življenjskih poteh, upoštevanju pravil ... Veliko gradiva se je nabralo, najbolj všeč so mu aforizmi, ki ob različnih priložnostih ali dogodkih »še kar prihajajo. To je postal moj način življenja, s tem pa vzdržujem tudi svežino in spomin.« Glede na to torej lahko pričakujemo, da bo izdal še kako zbirko svojih duhovitih misli.

»Če hočeš pisati, moraš imeti televizor v popravilu,« je eden izmed na novo objavljenih aforizmov. Njegove »izume« lahko berejo tudi bralci Gorenjskega glasa.

Spomnili so se legendarnega Blaža Ogorevca

► Danica Zavrl Žlebir

Na pogovornem večeru Društva upokojencev Škofja Loka so se spomnili letos umrlega literata, novinarja, urednika, filozofa in popotnika Blaža Ogorevca

Blaž Ogorevc je bil rojen leta 1951. Končal je loško gimnazijo, se sprva vpisal na Fakulteto za sociologijo, politične vede in novinarstvo, a je ugotovil, da to ni zanj in je nato na Filozofski fakulteti v Ljubljani študiral filozofijo in primerjalno književnost. Kar 35 let je bil nepogrešljiv član ekipe revije Mladina, že kot študent je urejal literarni del Tribune, predsedoval ŠKUC-u, bil tudi dober športnik, predvsem pa izjemen pesnik, avantgardist ter ne samo literarni, ampak tudi pripovedovalski talent. Ustvaril je odlična literarna dela, vrhunska je njegova humorna literatura. Napisal je več pesniških zbirk, prva z naslovom *Prisilno zreli paradižniki* je izšla že leta 1975. Sledile so še *Zima na socialističnem kmetijskem posestvu* (1978), *Poklon za Rastafari Makkonen Haile Selassie Yaha* (1985), *Domačijski spevi* (1991) in *Poezije* (2002). Leta 1999 je izšlo njegovo najbolj znano delo, kulturni potopisni roman *Tropska melanholija*. V Škofji Loki, kamor se je po svojih popotovanjih vedno rad vračal, je organiziral zelo odmevne literarne večere z najboljšimi slovenskimi pesniki in znamenite performanse. Začel je prirejati tudi razstave računalniške umetnosti.

O tem in še marsičem, povezanem z življenjem in delom Blaža Ogorevca, je na pogovornem večeru v Kulturnem centru Kamnitnik veliko povedal njegov prijatelj iz mladosti Peter Mlakar, filozof in literat, čigar opus obsega 17 knjig. Skupaj sta preživela gimnazijska leta, veliko sta razpravljala o umetnosti in filozofirala; in prav filozofija, natančneje Kant in Hegel, sta bila vzrok njunega spora. Kar dve leti nista govorila, potem pa sta prijateljstvo obnovila v študentskih letih v Ljubljani, kjer so Blaža Ogorevca že kmalu prepoznali kot izjemnega literata.

Blaž je bil doma v hiši na loškem obzidju, pri Selških vratih, po domače se je reklo pri Funtku. Njegov oče je kmalu umrl in ovdovela mama je skrbela za štiri sinove. V trdem življenju so ojeklele, je pripovedoval Peter Mlakar in se spomnil številnih skupnih prigod.



Tomaz Lunder



Danica Zavrl Žlebir

Življenje in delo Blaža Ogorevca so predstavili Peter Mlakar, Miha Ješe, Marinka Mesec in Ivan Lotrič.

Ogorevčevi zapisi so navduševali z globino in duhovitostjo. Številni se spominjamo njegovih neprekosljivih člankov v Mladini, kjer smo brali o močeradovcu, flodranju in drugih čudesih tega sveta. Kot je dejal Peter Mlakar, si Blažovo pisanje prepoznal, ne da bi videl podpis, kar je zelo redko. Stilst, da mu ni para, je še dejal in njegov slog poimenoval kar »nagravžni realizem«.

Na pogovornem večeru smo prisluhnili nekaterim odlomkom iz Ogorevčevih del, ki so jih poleg Mlakarja interpretirali še Miha Ješe, predsednik DU Škofja Loka in voditelj večera, Marinka Mesec, Blaževa sošolka iz osnovne šole, in še en prijatelj, Ivan Lotrič.

Tihožitja, narava, pokrajine ...

► Marinka Mesec



© Marinka Mesec

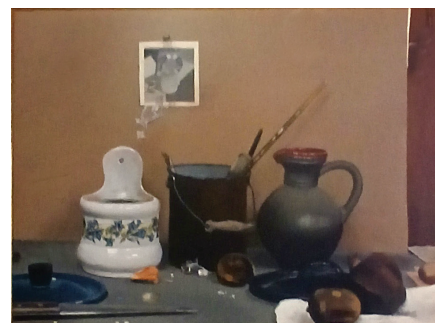
Vas Knappe naj bi nastala v prvi polovici 17. stoletja kot naselbina bukovških rudarjev. Izkopavali so železovo rudo, končna produkta po taljenju pa sta bila čisto železo in žlindra. Železo so uporabljali za izdelavo orodij, presežek pa so prodajali v plavž v Železnikih, saj je bil to zanje najpomembnejši vir dohodka.

Na majhnem griču nad vasjo Knappe stojijo štiri hiše, med njimi sta dve kmetiji. Na eni izmed njiju z družino živi Anton Benedik – Jeralovcovi Toni.

Toni kmetuje vse svoje življenje. Z ženo Marijo imata že odrasla sinova in hčerko, dva vnuka in vnukinjo. Že v otroštvu je zelo rad opazoval naravo, živali, posebne korenine dreves in različne stare posode. Vse je želel tudi naslikati, a ni vedel, kako bi se tega pravilno lotil. Zato se je leta 1999 v Škofji

Loki vključil v likovno šolo (Freising), nato pa je slikarsko šolo nadaljeval v Ljubljani pod vodstvom akademskega slikarja Sava Sovreta in jo po petih letih tudi končal.

Najpogosteje v akrilni tehniki slika tihožitja, naravo in pokrajine. Njegove slike so res nekaj posebnega! Svoja dela je doslej razstavljal v Železnikih, Stari Loki, Radovljici, na Rodinah, v Kranju in v Zavrhu pod Šmarno goro in še kje bi rad pokazal svoje umetnine. Je bolj "nočni ptič", zato večino risb nariše ponoči.



Kulturni center Kamnitnik



Program prireditev do aprila 2026

- 13. januar 2026, ob 17.00:
Bernarda Debeljak: Afganistan
- 27. januar 2026, ob 17.00:
kulturni praznik – Marija Krajnik:
Predstavitve knjige Reka
Soura mi je povedala
- 10. februar 2026, ob 17.00:
recital, več avtorjev
- 24. februar 2026, ob 17.00:
predavanje o dolgotrajni oskrbi
- 10. marec 2026, ob 17.00:
Mira Vraničar:
S kolesom od Sredozemlja do Atlantika
- 24. marec 2026, ob 17.00:
počastitev dneva žensk in materinskega dne, več avtorjev

- 14. april 2026, ob 18.00:
Tina Ušeničnik: Nepal
- 21. april 2026, ob 18.00:
koncert PS Mavrica v počastitev dneva upora in praznika dela

Program razstav do aprila 2026

- 9. januar 2026, ob 17.00:
odprtje razstave Matjaža Eržena:
Potovanje po Loki
- 14. februar 2026, ob 17.00:
odprtje razstave Mojce Pintar
- 16. marec 2026, ob 17.00:
odprtje razstave: Albine in Jureta Nastran
V duhu pasijona
- 17. april 2026, ob 18.00:
odprtje razstave: Mojce Štefelin

Lubnikarji za abrahama

► Gregor Cerkvénik

V počastitev 50-letnice Kluba Lubnikarjev (1975–2025), odseka Planinskega društva Škofja Loka, je Filatelistično društvo Lovro Košir Škofja Loka skupaj s PD Škofja Loka novembra na Zlatinem hodniku v prostorih DU Škofja Loka priredilo priložnostno spominsko filatelistično razstavo. Na dan odprtja sta bili izdani tudi priložnostna ilustrirana dopisnica in poštni žig.

Klub Lubnikarjev deluje kot sekcija PD Škofja Loka. Spodbuja planinsko rekreativno dejavnost in delovne akcije PD Škofja Loka. Lubnikarji so zavezani, da se na Lubnik povzpnejo vsaj 15-krat na leto ter da sodelujejo pri oskrbi in vzdrževanju tamkajšnjega doma (na nadmorski višini 1025 m).

Prva, lesena koča je bila zgrajena že leta 1932, a je bila med 2. svetovno vojno požgana, zdajšnji dom na Lubniku pa so gradili od leta 1949 do leta 1952 ter ga slovesno odprli 24. maja 1953.

Narazstavio svoje filatelistične zbirke predstavili trije filatelisti iz FD Lovro Košir Škofja Loka. Janez Cerkvénik, Klemen Bedekovič in Matjaž Metaj so na 21 enostranskih razstavnih vitrinah razgrnili sedem zbirk.

Teme razstave so: planinarjenje in pohodništvo, s posebnim poudarkom na Lubniku, alpini-zem, moto »zdrav duh v zdravem telesu«, vsakodnevno gibanje, vadba in tudi izjemno pomembno sobivanje človeka v naravi oz. ohranjanje narave za prihodnje rodove.

Ob odprtju razstave sta nastopila Bojan Rakovec z neuradno himno Lubnikarjev in uveljavljena moška pevska skupina Garažni decét, V imenu Občine Škofja Loka je dogodek pozdravila in razstavo odprla podžupanja Tina Teržan.

V imenu PD Škofja Loka in predsednika prvega upravnega odbora Lubnikarjev pa so spregovorili: Jože Stanonik, ustanovni član Kluba Lubnikarjev, Janez Pintar, predsednik PD Škofja Loka, in načelnik Kluba Lubnikarjev Branko M. Mattias.



© Milan Gogala

Z odprtja filatelistične razstave

Dopisnica in žig prvega dne

Navzoče sta pozdravila tudi Primož Čebulj, tajnik Filatelistične zveze Slovenije, in mag. Srečko Beričič, predsednik Filatelističnega društva Lovro Košir Škofja Loka.

Zelo dejaven član Kluba Lubnikarjev, naivni umetnik Martin Goričanec, je ob tej priložnosti predstavil svoje skulpture, ki povezujejo planinstvo, pohodništvo in Lubnik.

Zapeli smo tudi v Pragi

► Martin Bizjak

Po kratkih poletnih počitnicah smo pevke in pevci MePZ Vrelec avgusta letos sodelovali na tradicionalnem festivalu Slovenija v Pragi

Pod pokroviteljstvom veleposlaništva Republike Slovenije je bila v Republiki Češki predstavljena slovenska ljubiteljska dejavnost. Za nastop v Pragi smo sestavili združeni pevski zbor MePZ Vrelec in MePZ DU Šenčur, saj oba vodi prof. Dejan Heraković.

Na festivalu je nastopalo 11 različnih kulturnih skupin, od pevskega zborov, folkloristov in godbenikov iz vseh slovenskih pokrajin. Predstavili so se v Kongresni dvorani hotela Olympik, na slovenskem veleposlaništvu v Pragi in na Trgu republike v češki prestolnici. Tam

je s štirimi ljudskimi in umetnimi pesmimi zapel tudi naš MePZ. Žal nam vreme ni bilo naklonjeno, kajti komaj smo se umaknili pred silovito ploho. Za vse udeležence festivala je bil organiziran ogled Prage z rečne ladje, ki je plula po Vltavi, in več ur trajajoč vodeni ogled starega dela Prage s pohodom po njegovih ulicah.

Med drugim smo se sprehodili po znamenitem grajskem kompleksu in zgodovinskem spomeniku Hradčani ter čez starodavni Karlov most. Povsod je videti tudi pomnike ustvarjanja našega arhitekta Jožeta Plečnika.

Obiskali smo pobrateno mesto Tabor

Ker smo se v Prago odpravili s svojim avtobusom, smo na poti domov obiskali še slikovito staro mesto Tabor, ki je pobrateno s

Škofjo Loko. Na osrednjem trgu z veličastno gotsko cerkvijo smo pred cerkvenim portalom ob mestnem vodnjaku meščanom in obiskovalcem mesta priredili koncert. Polni nepozabnih vtisov smo se vrnili v našo domovino z željo, da še kdaj obiščemo Prago.

Letos je naše pevske vrste nepričakovano zapustila naša dolgoletna sopranistka Rezka Dušič, pevka z dolgoletnim pevskim stažem v več pevskih zborih ter nepogrešljiva v MePZ Vrelec.

Tako kot je bila navdušena pevka je bila tudi navdušena planinka. Na zadnjo pot smo jo pevke in pevci Vrelca pospremili s pesmijo Lipa zelenela je in Triglav moj dom.

Na povabilo KUD Angel Besednjak smo članice in člani MePZ Vrelec novembra obiskali Maribor, kjer smo v Kazinski dvorani SNG Maribor skupaj proslavili 105. obletnico društva. S tem smo vrnili lanski obisk njihovega KUD in predstavitev njihove dejavnosti v prostorih DU v Škofji Loki.

V Mariboru smo si dopoldne v spremstvu turističnega vodnika ogledali mesto in njegove znamenitosti, na večerni proslavi pa smo nastopili s štirimi pesmimi, za katere smo prejeli buren aplavz občinstva.

Po nastopu smo mariborskemu kulturnemu društvu podarili sliko naše pevke Ane Frelih. Sledilo je prijetno druženje s pogostitvijo, nato pa smo se zadovoljni vrnili domov.



Zbor Vrelec na Karlovem mostu v Pragi

Loške orglice in jesensko glasbeno dogajanje

► Alenka Šušteršič Snoj

Za nami so številni jesenski nastopi. Začele smo na Mihaelovem sejmu v Mengšu. Sekcija Sejmarji kulturnega društva Mihaelov sejem iz Mengša prireja mednarodno srečanje posameznikov, duetov in skupin, ki izvajajo glasbo na orglice in spremljajoča glasbila ter s tem promovirajo orglice v različnih zvrsteh glasbe. Med 19 nastopajočimi smo nastopile tudi Loške orglice.

Za tem smo že tradicionalno nastopile na prireditvi Veter v laseh v Škofji Loki. Čeprav je sprva kazalo, da se nam nastopa ne bo uspelo udeležiti, nam je to zaradi prilagoditve naših dopustov in ugodnih vremenskih razmer vendarle uspelo. Še toliko bolj nam je godilo zavedanje, da so organizatorji zelo veseli našega nastopa in da bi v nasprotnem na prireditvi nekaj manjkalo, kajti naš nastop je že tradicija.

Prav tako se rade udeležimo tudi prireditve na Festivalu za tretje življenjsko obdobje, ki v zadnjih dneh septembra oz. prvih dneh oktobra poteka v Cankarjevem domu v Ljubljani. Tudi letos smo se predstavile s tremi skladbami.

Na praznovanju 90-letnice (seveda po povabilu) pa smo presenetile Mirka Urha. Jubilej je praznoval v Crngrobu, Loške orglice pa smo mu ob tej priložnosti priredile pravi mali koncert. Številna zbrana družba nam je pozorno prisluhnila in bila z našim nastopom tudi izjemno zadovoljna. Predvsem je bila izvedba glasbe na ustno

harmoniko, seveda ob spremljavi kitarista in solista, za številne udeležence nekaj novega. Po koncu nastopa si je slavljeneec vzel čas in z nami prijetno pokramljal, ker pa je tudi sam glasbenik, smo tudi skupaj zapeli.

Drugi novembrski vikend je bil namenjen našim intenzivnim vajam. Odpravili smo se na Jezersko in v Penzionu Valerija v lepem okolju, ob zakurjeni krušni peči in srčnosti gostiteljev opravili kar dvanajst ur vaj. Starim, že utečenim skladbam, smo dodali še nekaj novih, saj se vseskozi trudimo bogatiti naš glasbeni repertoar. Naše igranje je gostitelje tako pritegnilo, da so nas med našimi vajami ves čas poslušali, zato smo zanje ob koncu pripravili še krajši nastop.

Predzadnji teden novembra je bil glasbeno zelo bogat. Začel se je z nastopom ob odprtju razstave likovnih del Janeza Ranta v dvorani Kamnitnik in nadaljeval

na 3. regijskem srečanju ustnih harmonikarjev v Kašči. Prireditve poteka v organizaciji OI JSKD Škofja Loka v sodelovanju z OI JSKD Gorenjske. Letošnje srečanje smo kot domača skupina začele prav Loške orglice. Na njem je sodelovalo pet orgličarskih skupin, trije dueti in ena izvajalka. Prireditve je ob kitarski spremljavi Hervina Jakončiča popestril priznani orgličar Marjan Urbanija. Ob koncu so vsi udeleženci delavnic igranja na ustno harmoniko, ki so potekale v okviru OI JSKD Škofja Loka, skupaj zaigrali tri skladbe. Prav pristrčno je bilo videti tudi začetnike igranja na orglice, ki so dobili priložnost za nastop, in uvod v njihove začetke. Teden in tako tudi bogato glasbeno jesen smo sklenile v soboto, 22. novembra. Kot gostje večera smo nastopile na prednovoletnem koncertu Mešanega pevskega zbora Vrelec v Sokolskem domu.



Kot gostje smo nastopili na koncertu MePZ Vrelec

Šport nas ohranja vitalne

► Danica Zavrl Žlebir

Šport tudi po upokojitvi ostaja pomemben del življenja Marka Primožiča, športnega pedagoga in nekdanjega ravnatelja dveh škofjeloških osnovnih šol. K športnim dejavnostim pa vabi tudi vse ljudi v poznem življenjskem obdobju, saj nas ohranjajo zdrave in vitalne.



© Danica Zavrl Žlebir

»Potem ko sem se upokojil, me je januarja letos predsednik Društva upokojencev Škofja Loka Miha Ješe povabil k sodelovanju na področju športa,« je v pogovoru povedal sveže upokojeni Marko Primožič. Kot športni pedagog je dobrodošla okrepitev sicer razgibane športne dejavnosti v društvu, v katerem so zaželeni zlasti strokovno usposobljeni kadri, med drugimi tudi zato, da društvo lažje kandidira na razpisih za sofinanciranje. Marko je na čelu

sekcije za kegljanje nadomestil Ivana Hafnerja, ki se je v začetku leta odločil posloviti od aktivnega športnega delovanja.

»Z Ivanom sva se poznala že prej, bil je moj mentor pri oblikovanju športne politike v občini, v katero sem bil vrsto let vključen tudi sam. V društvu upokojencev sva se dogovorila, da najprej delava skupaj, spomladi, ob koncu sezone, pa sem od njega prevzel vodenje sekcije,« je povedal Marko Primožič. »Kegljaška sekcija je razmeroma številna, saj na kegljišču v športni dvorani Poden dvakrat na teden redno vadi 16 članic in članov. Vem, da je bilo v preteklosti kegljačev in kegljačic za tretjino več in radi bi videli, da se nam pridružijo novi. Kegljanje je lep šport, primeren za vse starosti, le v poznih letih je treba biti pazljivejši, da ne nastanejo neprijetne poškodbe. Sicer pa za vse športe velja, da nam koristijo tudi v poznih letih ter nas ohranjajo zdrave in vitalne, le v starejših letih se jih je treba lotevati po pameti,« je prepričan sogovornik.

Tudi v kegljanju, ki je včasih veljalo za bolj moški šport, so zdaj najštevilnejše ženske. Marko Primožič si ne zna razložiti, zakaj je tako. Morda se moški raje rekreirajo sami in ne potrebujejo toliko druženja. Je pa nadvse zadovoljen, da so v kegljanju dejavni tako ženske kot moški in da na tekmovanjih dosegajo dobre rezultate. Sam ima rad veliko različnih športov, osebno pa se bolj nagiba k netekmovalnim: k planinarjenju, teku na smučeh, kolesarjenju, skratka k dejavnostim, za katere meni, da je manj možnosti za

poškodbe. Ko sem omenila tradicijo sindikalnega športa v Škofji Loki, ki se je nato z generacijo športnikov preselil v društvo upokojencev, ja izrazil zadovoljstvo, da na Škofjeloškem še vedno živijo tudi delavske igre.

Sam je športnik vse življenje, tako poklicno kot zasebno. Poklicno pot je začel leta 1982 kot športni pedagog na osnovni šoli v Podlubniku, sedem let je bil na OŠ Ivana Groharja pomočnik ravnatelja, potem pa ravnatelj dveh loških osnovnih šol: 12 let OŠ Škofja Loka - Mesto in skoraj 13 let OŠ Ivana Groharja. Vmes je po eno leto delal v Zavodu za šport Planica in v Šoli za ravnatelje.

Ob službi je ves čas delal tudi z mladimi, tako v Rokometnem društvu Škofja Loka kot v obeh šolah, čemur se ni odpovedal niti v pokoju. Ko so leta 1996 v Škofji Loki na novo organizirali šport, je sodeloval tudi pri tem. Takrat so ustanovili Zavod za šport, ki institucionalno skrbi za šport in športne objekte v občini, in Športno zvezo Škofja Loka, ki po večini deluje na civilno družbenem športnem področju.

Sodeluje tudi v projektu Zavoda za šport, povezanem s predšolskimi otroki. Kot pedagog po srcu nadvse rad dela z mladimi, zdaj tudi kot dedek treh vnukov, ki jih prav tako vključuje v svoje rekreativno športno življenje.

Lahko bi rekli, da je šport Markov način življenja in da tudi po upokojitvi ostaja njegov pomemben del.

Poleg tega pa z ženo rada potujeta, zato verjame, da bo v pokoju še več možnosti za odkrivanje svetovnih znamenitosti. Letos sta že bila na Zelenortskih otokih in na potovanju po narodnih parkih ZDA.

Za Dani je dan vedno prekratek

► Ela Dolinar



© Martin Bizjak

Kot Ločanka po očetovi strani in Prekmurka po materini je Danica Štajer otroštvo preživljala na

Spodnjem trgu in na ta čas jo vežejo res lepi spomini. Tudi s Prekmurjem ohranja stike, saj tam vsako leto pripravijo sestrličnjado, kot so jo same poimenovali. Starša sta jo naučila delati in za to jima je zelo hvaležna.

Prostovoljka je na dveh področjih. Dela kot prostoferka, poleg tega pa v domu starejših v Predvoru vodi bralno skupino. Pogovarja se tudi z gospodom Petrom, starim skoraj 90 let, in njune pogovore objavlja na Tik Toku. Teme so smrt, ljubezen, prijateljstvo, stari spomini in podobno.

Dan je zanjo vedno prekratek in kako tudi ne, ko pa ima še celo vrsto hobijev: poje v zboru Vrelec, slika, riše, med drugim tudi posebne risbe z eno črto, ki ni prekinjena do konca ustvarjanja.

Oblikuje keramiko, ima tudi vreteno in svojo peč za žganje glin. V njenem življenju že dolgo obstaja tudi ples, zato obiskuje plesno skupino, v kateri plešejo kizombo, bačato in salso.

Piše tudi pesmi.

V več slovenskih nadaljevanjih, npr. v Skrito v raju, je igrala manjše vloge.

Rada kuha in peče, svoje izdelke pa objavlja na Facebooku. Veliko tudi kolesari, skratka vedno si najde nekaj, kar lahko počne.

Ima dva otroke in hudo življenjsko izkušnjo, saj je pri 40 letih zbolela za rakom dojke. Zato zdaj živi polno in aktivno. S partnerjem se z avtodomom večkrat odpravita na potep po Jadranski obali.

Danica, vse dobro in ostani še naprej tako dejavna!

Tetka

*Prežvekujem vse,
analiziram vse,
tako da pozabim vse.
Mleko vzkipi,
vse naokrog so
prižgane luči.
Trka teta starost.
Nič prijetna modrost.
Nočem biti brez zob.*

Iz pesniške zbirke

Poj in pleši Danice Štajer

Prednovoletni koncert MePZ Vrelec

Ob koncu novembra je v Sokolskem domu v Škofji Loki na tradicionalnem prednovoletnem koncertu nastopil MePZ Vrelec pod vodstvom prof. Dejana Herakovića.

Na njem sta posebej zapela tudi moški in ženski sestav zbora, koncert je popestrila glasbena skupina Loške orglice.



© Milian Gogala

Bernardina ljubezen do narave

► Alma Vičar

Ko sem jo poklicala in prosila za pogovor, da bi jo predstavila v našem glasilu Mi o sebi, je bilo njeno prvo vprašanje: »Zakaj pa jaz, saj sem šele nedavno postala 'vaša', verjetno je veliko bolj zaslužnih.« Izbira pa seveda ni bila naključna. Bernarda Debeljak se je upokojila lani, a je s svojo dinamičnostjo, energijo in znanjem hitro postala pomemben člen obeh naših društev.

Mladost je preživela v Retečah, kjer je z očetom veliko časa preživljala na Produ ob Sori, hodili pa so tudi v hribe, tako da jo je stik z naravo oblikoval za vse življenje. Odločila se je za študij biologije, naravoslovja in gospodinjstva.

Zaposlila se je kot učiteljica v osnovni šoli (Ljubljana, Škofja Loka, Kranj). Svojim učencem je želela približati lepote narave, da bi jo znali občudovati, spoštovati in ohranjati. Naravo

je skupaj z njimi odkrivala z različnimi dejavnostmi v okolici šole, v različnih ekosistemih po Sloveniji in tudi v tujini na izmenjavah. Sodelovala je pri uvajanju naravoslovja v osnovne šole, organizirala je naravoslovne dneve, tabore in delavnice ter učence usmerjala v raziskovalno dejavnost. Večkrat je pomagala tudi pri pridobivanju sredstev in tako otrokom omogočila udeležbo na tekmovanjih, na katerih so lahko predstavili svoje znanje. Ker ji je bilo izobraževanje in raziskovanje vedno izziv, je svoje delo tudi sama uspešno predstavljala na različnih srečanjih in kongresih.

V mladih letih je v Retečah in v Folklorni skupini Sava Kranj igrala tamburico. Že kot 12-letnica je s skupino začela potovati – nastopali so po Sloveniji, obiskali nekdanje republike Jugoslavije in sosednje države, nekajkrat so gostovali tudi v Franciji, Španiji in na Poljskem. Na ta leta ima nepozabne spomine, potovanja pa so jo zasvojila za zmeraj.

Z možem sta si ustvarila dom na Šutni, dela okoli hiše in na vrtu pa seveda nikdar ne zmanjka. Ima dva odrasla sinova (40 in 35

let), pet vnukov in obilo veselja z njimi. Dva vnuka vsak dan vozi v vrtec in pogosto se družijo tudi popoldne. Potovanja so bila del njihovih družinskih druženj in raziskovanj. S tem sta z možem okužila tudi sinova, tako da zdaj nadaljujeta družinsko tradicijo potepanj po svetu.

Bernarda je človek, ki ljubi naravo, dnevne pohode v okolico in na bližnjo Planico, občasno se udeležuje pohodov planinskega društva in društva upokojencev. Poleti zelo rada plava in tudi kolo ji ni tuje. Rada je smučala, zato je najprej naučila smučati moža in nato še sinova. Zimske konce tedna in zimske počitnice so preživljali na snegu. Zaradi poškodbe je lani opustila smučanje, a jo še vedno mika, da bi se z vnuki zapeljala po smučišču.

Od nekdanj raziskuje domačo okolico in ugotavlja, kako malo jo poznamo. Treba je le stopiti čez hišni prag, se sprehoditi čez travnik, gozd, se povzpeti na bližnji hrib ali malo bolj oddaljeno goro. Tudi če pot prehodimo večkrat, vsakič opazimo kaj novega.

Včasih je pela v pevskem zboru, predvsem v osnovni in srednji šoli ter na nastopih s folklorno skupino. Tudi doma je z otroki veliko pela. Pred leti se je znova pridružila ženskemu pevskemu zboru, katerega članice rade prepevajo slovenske ljudske pesmi.

Pomemben del njenega življenja so brez dvoma potovanja po svetu, raziskovanje narave, zgodovine, kulture in kulinarike. Za spomin ujame utrinke v objektiv, pozneje pa jih rada deli tudi z drugimi. Z Društvom



biologov Slovenije je najprej raziskovala evropske države, pozneje pa tudi različne države po svetu. Na potovanja se odpravi tudi sama. Kot pravi, je vedno v glavinajprejželja, potempaseideje kar nekako uresničijo, saj srečaš ljudi, ki ti pomagajo udejanjiti skoraj neuresničljivo. Tako se ji je uresničila tudi življenjska želja obiskati Antarktiko.

Po več kot 40 letih poučevanja se je torej lani upokojila, izobraževanje in raziskovanje pa sta ji še vedno izziv. Ker želi svoje delo nadaljevati in svoje znanje deliti z drugimi, se nam je pridružila v obeh društvih. Za človeka s toliko energije, kot jo ima Bernarda, priložnosti gotovo ne bo zmanjkalo.

Kot prostovoljka že vse leto v Domu starejših v Škofji Loki enkrat na mesec pripravlja potopisna predavanja o svojih potovanjih. O tem je predavala tudi v DU Škofja Loka, v Knjižnici Škofja Loka, v Železnikih in Žireh.

V Društvu U3 vodi študijski krožek Poznavanje rastlin. Sodeluje v projektu Starejši za starejše in občasno na domu obiskuje upokoјence v Formah in Crngrobu. Hodi na pohode ponedeljkove in četrtekove pohodniške skupine pri DU. V PD Škofja Loka je dejavna kot varuh gorske narave, poleg tega pa raziskuje tudi kukavičevke v naši okolici.

Vse to je Bernarda. Med pogovorom mi je zaupala veliko utrinkov s svojih potovanj, od izpolnjene velike želje srečati čim več vrst pingvinov do obiska Antarktike, na kateri se mora človek popolnoma podrediti mogočnim silam narave. Ni kaj, čaka nas še veliko zanimivih predavanj.

V črni kuhinji in krušni peči še zakuri

► Ela Dolinar

Brane Omahen je po rodu Kranjčan, ljubezen pa ga je pripeljala v Škofjo Loko in tu živi že od leta 1969. Po treh letih vdovstva še vedno zelo pogreša ženo. Ima pa tri otroke in tri vnuke, ki mu veliko pomenijo.

Že kot otrok je z mamo in očetom pogosto hodil v Lušo, od koder izvira njegova mama. Doma se je reklo Pr' Kovkarju (Kovk je hrib pri Sv. Tomažu). Hiška je na pol lesena, na pol zidana, zelo stara, krita s slamo. Menda so v njej za časa freisinških škofov bivali grajski gozdarji. Brane je najraje v naravi, nabira gobe, hodi v hribe, dvatali trikrat na teden pa gre v Lušo, kjer zakuri v črni kuhinji in krušni peči, da hiša živi. V njej je živel tudi ljudski pesnik, ki je napisal: SM LOJTRO PERSTAVU, SM ŠEL GOR ČEZ GANK, PAJ MEŽNAR GOR STAVU, MEJ POČU ČEZ VAMP. To so zapisali drugi, ker ta pesnik

ni znal ne pisati ne brati, pesmice pa je stresal kot iz rokava.

Med NOB je bila v hiši partizanska postojanka. Danes pa je hiša kulturni spomenik lokalnega pomena.

Brane je tudi športnik, saj se že od 15. leta ukvarja s košarko. V mladih letih je igral za Triglav, potem za Savo, s katero so se uvrstili v drugo slovensko ligo. Ko se je preselil v Škofjo Loko, so ustanovili rekreacijsko ligo in zelo kmalu so postali člani svetovne lige veteranov. Prvo medaljo so osvojili v Urugvaju leta 1999, leta 2001 v Ljubljani zlato, 2003. so bili v Orlandu (ZDA) sedmi, na Novi Zelandiji so osvojili bron, leta 2016 pa srebro v Novem Sadu. V sodelovanju z Rotary klubom in pod vodstvom Sabine Šegula vsako leto pr' Kovkarju izdelujejo adventne venčke. Na prostem ob hiši so predvajali tudi film Cvetje v jeseni. Je pa Brane še neke vrste umetnik. Ob vodi in v gozdu najde zanimive korenine, jih posuši in iz njih izdelava prav posebne stole in različne skulpture. Vedno je v gibanju ali nekaj ustvarja.

Brane, želimo ti še veliko športnih in ustvarjalnih užitkov.



© Ela Dolinar

Ivan Hafner 1936–2025

Dragi Ivan!

Novica o tvoji nepričakovani smrti me je neprijetno presunila in razžalostila. S teboj naj bi namreč pripravili pogovor za decembrsko številko glasila Mi o sebi, a so se načrti zdaj žal spremenili v nekrolog. Spoznala sva se ob mojem prihodu na čelo našega društva leta 2007. Ti si bil njegov član že od leta 1998. Takoj si me seznanil s svojimi dotedanjimi nalogami, saj si vodil več sekcij: kegljanje, namizni tenis, tenis, plavanje. Vodenje celotnega športa si prevzel za Julijo Jenko in ga uspešno nadaljeval do konca. Moji spomini na to obdobje so še sveži in zelo pozitivni, saj si mi redno velikodušno in natančno predstavljal svoje poglede na društveno športno dejavnost. Tvoje prejšnje bogate izkušnje pri vodenju športa v občinskem merilu so nam bile v veliko korist.

V trajnem spominu so mi ostale tvoja organiziranost, natančnost in predanost športu, o katerem

sva se ob vsakem tvojem obisku pogovorila in izvedla zastavljene programe, predloge in ideje. Postal si predsednik komisije za šport, v kateri smo se natančneje dogovarjali o potekih tekmovanj, rezultatih in zastopanju naših športnikov na razpisanih tekmovanjih.

Športni uspehi društva so tesno povezani s tvojim imenom in dejavnostjo na vseh ravneh, tako v Športni zvezi, na občinskih tekmovanjih ter tudi na tekmovanjih v okviru gorenjske regije in državnih igrah upokojencev, od koder so se naši športniki vedno vračali s priznanji, medaljami in pokali, še posebej strelci. Pri organizaciji tekmovanj na tem področju ti je pomagala zlasti Ivanka Prezelj kot tvoja namestnica pri vodenju komisije za šport. Rekordno število osvojenih priznanj je vrsto let krasilo društvene prostore, v katerih je imel šport svoj posebni kotiček. Pod tvojim vodstvom in na tvoj predlog smo uredili poseben prostor za kegljanje s kroglo na vrhvi, pikado in prstomet, ki jih še naprej uspešno vodi Vojka Mihelič.

Ne moremo pozabiti tvojega časa in truda pri pripravi pravilnika o izboru najboljše športnice in športnika in njegove izvedbe od leta 2010. Vse to je o zapisano v Zlati knjigi najboljših športnic in športnikov, ki smo jih vsako leto na posebni prireditvi nagrajevali s posebnimi medaljami in pokali.

O obsežnem športnem udeleževanju naših članov pričajo številke, saj je v 16 različnih panogah nastopalo več kot 350 športnikov. Ob tem je vredno omeniti članek, ki je bil 7. avgusta 2020 objavljen v Gorenjskem glasu z naslovom *»Vse življenje predan športu«*, v katerem si zelo lepo izrazil smisel svoje vseživljenjske uspešne športne dejavnosti z naslednjimi besedami: *»Za kakovost življenja v starejših letih je šport izjemnega pomena, želim, da bi to v večji meri spoznali tudi na občinskem in državnem nivoju in tovrstnemu delovanju namenili več finančnih sredstev.«*

Ivan Hafner – športnik, trener, funkcionar, vsestranski aktivist je bil v društvu znan po svoji načelnosti in široki razgledanosti. Poleg vodenja športa je bil tudi več mandatov član upravnega odbora društva in predsednik častnega razsodišča. Njegovih 185 člankov v našem glasilu Mi o sebi dodatno priča o njegovi vsestranski dejavnosti. Za svoje delo je Ivan leta 2009 prejel malo plaketo društva, leta 2017 pa še veliko plaketo.

Dragi Ivan, hvala ti za vse tvoje požrtvovalno delovanje v našem društvu, ki je s tvojim odhodom izgubilo še enega zaslužnega, nenadomestljivega člana.



© arhiv DU

Ivan Hafner, leta 2020, ko je postal častni občan Občine Škofja Loka

Miro Duić

Šport je način življenja

► Nada Somrak

Ob dnevu športa sta Športna zveza in Zavod za šport Škofja Loka tudi letos posameznicam in posameznikom podelila priznanja za vrhunske rezultate, dolgoletnim športnim delavcem pa za njihov prispevek k uspešnemu športnemu udejstvovanju.

Med zaslužnimi športnimi delavci so tudi člani našega društva upokojencev.

Bronasto plaketo sta prejeli Dragica Gartner in Nada Somrak, srebrno Slavica Laznik, zlato plaketo Miloš Četrnič, dobitnik svečane listine pa je Marko



Prejemniki priznanj na področju športa v občini Škofja Loka

Primožič. Vsem dobitnikom priznanj iskreno čestitamo! V prihodnjem letu se nadejamo

novih športnih priznanj, saj si jih naši člani vsekakor zaslužijo.

Prstometašice podprvakinje državne lige

► Vojka Mihelič

Prstometna organizacija Slovenije vsako leto organizira tekmovanje državne lige v prstometu. Letošnje je potekalo od aprila do oktobra 2025, 15. oktobra pa so v Ljubnem razglasili rezultate in podelili priznanja. Letos je v državni ligi

skupaj tekmovalo 21 ekip s 159 igralci, med njimi so bile štiri ženske ekipe z 19 igralkami in 17 moških ekip s 140 igralci. V ženski konkurenci so tekmovalе ekipe DU Šenčur, DU Kranj – Čebelice, DU Podnart in ekipa našega društva. Naša ekipa, v kateri so bile Vera Bokal, Nežka Fojkar, Ivanka Prezeli, Vanja Jenko, Lea

Ahčin in Vojka Mihelič, je v ženski konkurenci zasedla 2. mesto; posamezno je bila Lea Ahčin druga, Vera Bokal tretja, preostale pa nekoliko slabše.

Najboljša moška ekipa je bila ekipa Senica Daf Cordia – Lotrič, druga je bila ekipa Pajek 1 in tretje ekipa Rokce 1. Naši moški na tekmovanju niso sodelovali.



Gorenjsko prvenstvo v plavanju

► Miha Ješe

Zadnji oktobrski ponedeljek je DU Železniki zelo uspešno organiziralo prvenstvo gorenjskih upokojencev v plavanju. Vsi so plavali v dveh disciplinah: prsno in prosto. Društvo upokojencev Škofja Loka so v dveh starostnih kategorijah zastopali le trije plavalci, kljub temu

pa so dosegli dobre rezultate. V kategoriji od 76 do 80 let je Franc Rupar zmagal v obeh disciplinah, v kategoriji od 71 do 75 let pa sta Mišo Cerovski in Miha Ješe osvojila po eno drugo in eno tretje mesto. Skupno so v moški konkurenci zasedli tretje mesto.



Plavalci na startu



Zlata medalja Franca Ruparja

Nadaljujemo sezono balinanja

► Smiljana Oblak

V balinarski dvorani na Trati smo avgusta organizirali društveno

prvenstvo za ženske v balinanju. Tekmovanje je vodil in sodil Jure Štancer. Zmagala je Zvonka Rant, druga je bila Ljuba Pejič in tretja Ivanka Prezelj.

Sledile so še: Nada Fojkar, Tončka Dolinar, Vera Hartman, Smiljana Oblak, Irena Berginc, Vojka Mihelič, Marija Sovinc in Metka Lubinič. Najboljše

tekmovalke so prejele šopke rož in unikatne keramične kolajne naše umetnice balinarke Zvonke. Še posebej lepa je bila kolajna v obliki polžka. Navijale so balinarke veteranke. Po končanem tekmovanju smo se še nekaj časa družili na malici pri Kajbitu.

Septembra je Društvo upokojencev Polhov Gradec organiziralo ženski balinarski turnir. Nastopilo je šest ekip. Zmagala je naša ekipa v postavi: Ivanka Prezelj, Tončka Dolinar, Zvonka Rant in Smiljana Oblak. Za nami so se zvrstile še ekipe Iga, Dragomerja, Polhovega Gradca I, Polhovega Gradca II in Lovrana.

Tekmovalke so se med seboj pomerile še v bližanju in zmagala je avtorica tega članka. Padla ji je »sekira v med«, to pa ponazarja tudi nagrada.



Zmagovalke iz Polhovega Gradca

Že drugič uspešni organizatorji strelskega tekmovanja

► Nada Somrak

Tudi v drugo smo uspešno izvedli državne športne igre v streljanju z zračno puško

Naše društvo je letos znova organiziralo tekmovanje Zveze društev upokojencev Slovenije (ZDUS) v streljanju z zračno puško. Prvič ga je uspešno izvedlo lani. Potekalo je na strelišču v neposredni bližini, seveda ob tehnični podpori Strelskega društva Škofja Loka pod vodstvom Lejle Mahmutović.

V organizacijo tekmovanja so bili vključeni tudi drugi člani društva: Janko Demšar, Ivanka Prezelj, Franc Prezelj, Nevenka Mandič Orehek, Mira Lušina, Franciška Demšar Mesec, Boris Vodopivec, Janko Žorž in Dimitri Mohorič. Vsi omenjeni so tudi tekmovali in dosegli solidne rezultate. Poleg njih so tekmovali še drugi člani društva: Tončka



Predstavnika ZDUS-a Janez Jaklič in Nada Somrak

Dolinar, Štefan Pikovnik, Slavko Somrak in podmladek strelskega društva.

Tekmovanje je potekalo na 12-mestnem elektronskem strelišču. Med seboj se je pomerilo osem ženskih in 15 moških ekip iz vse Slovenije.

Med ženskami je zmagala ekipa DU Kamnik, naše pa so zasedle šesto mesto.

Pri moških so se prav tako najbolje izkazali strelci iz Kamnika, naši pa so bili solidni sedmi.

Prireditelj sta z glasbeno točko popestrila učenka Nika Albreht in učenec Aleks Dolinar na kitari pod vodstvom Denisa Kokalja. Na otvoritvi se nam je pridružila tudi podpredsednica DU Vesna Čadež, medalje in pokale pa je podelil predstavnik ZDUS-a Janez Jakič.

Strelke in strelci vadimo na strelišču Strelskega društva Škofja Loka v kletnih prostorih stavbe, v kateri domuje tudi Društvo upokojencev Škofja Loka. Vadimo ob ponedeljkih in sredo od 18. do 20. ure in ob četrtnih od 8.30 do 10. ure. Vodji sekcije sta Janko Demšar in Ivanka Prezelj. Pridružite se nam!



Že drugič priredili državno tekmovanje upokojencev v streljanju z zračno puško.

Uspešni tudi na državni ravni

► Nada Somrak

Naše športnice in športniki uspešni tudi na državnih športnih igrah za upokoјence

Letos so našo člani zmagali na pokrajinskih igrah v balinanju in članice v namiznem tenisu, kar nam je omogočilo nastop na državnem prvenstvu.



© Slavko Somrak

Zmagovite igralke namiznega tenisa



© Nada Somrak

Balinarji državni prvaki

Letos so bile prvič organizirane DŠI v namiznem tenisu, v tej športni panogi pa je ženska ekipa našega društva že 11 let zapored najboljša na Gorenjskem. Ob koncu septembra smo se udeležile tekmovanja v Petrovčah. Sistem tekmovanja je dovoljeval samo igranje treh tekmovalk v enotni starostni kategoriji, zato je Jožica Polenšek igrala v kategoriji posamezno, Mira Golja in Nada Fojkar pa v kategoriji dvojic. Vse tri so se odlično odrezale, saj so v obeh kategorijah zasedle končno drugo mesto, kajti za odtenek boljše so bile Velenjčanke. Prihodnje leto se bomo trudile izboljšati ta rezultat ter tudi spremeniti sistem tekmovanja, tako da bi igrali v dveh starostnih kategorijah.

Naši balinarji Jure Štancer, Bojan Berčič, Sulejman Biščević in Brane Dolinar so v začetku oktobra tekmovali v Ajdovščini ter lanskemu naslovu državnih prvakov dodali tudi letošnjega. Drugo mesto so zasedli organizatorji tekmovanja, tretje pa ekipa Železnikov.

Prihodnje leto se bomo v vseh športnih sekcijah še naprej trudili za dobre športne rezultate, predvsem pa za prijetno druženje starejših.

V organizaciji
Športne zveze Škofja Loka se je
novembra 2025 začela
zimska liga 2025/2026 v prstometu.

Tekmuje osem ekip iz bližnje in daljne okolice Škofje Loke, med njimi tudi ekipe našega društva. Sicer pa se v tem obdobju končuje društveno tekmovanje v kegljanju s kroglo na vrvi in pikadu.

*O rezultatih teh tekmovanj
bomo poročali v prihodnji številki
glasila Mi o sebi.*

Obveščamo vas,
da so se oktobra 2025
v mali športni dvorani
na Trati že začeli treningi
prstometa, in sicer vsak
torek od 19. do 20.30.
Vabljeni!

Na pohod s ponedeljkovci

► Martin Bizjak

Ponedeljkovim pohodnikom se pridružujejo upokojenci bolj umirjene hoje, saj nam pohod v prijetni družbi pomeni več kot izjemnost cilja

Loških upokojencev je med planinci vedno več, od tistih, ki po hribih pohajajo že vrsto let, do onih, ki so šele sveže »na svobodi«. Pridružujejo se nam celo nekateri iz drugih krajev, od koder se še vidi oddaljena silhueta Lubnika, »svete gore« loških planincev. Oblikovali sta se dve planinski sekciji upokojencev, »ponedeljkovi pohodniki« in »četrtkovi planinci«.

Ponedeljkovim pohodnikom se pridružujejo upokojenci bolj umirjene hoje. Starostni razpon »ponedeljkovcev« se razteza od nedavno upokojenih do starejših od devetdeset let. Prav ti najstarejši pohodniki dokazujejo, da se bo njihova dejavnost z veseljem in voljo do hoje v naravi nadaljevala še dolgo. Kako lepo je opazovati njihove zadovoljne in vesele obraze in tudi še njihov dokaj trden korak na izletu.

Naša vodnica Dragica ob pomoči drugih vodnikov skrbno izbira in načrtuje vsak pohod, da zadovolji želje po dogodivščinah vsem, tako tistim bolj »navitim« kot tistim, ki jih bolj zanima občudovanje narave in okolice. Pred začetkom ture se pohodniki po lastni presoji zmogljivosti razdelimo v »polžke«, ki pod vodstvom Franja Kopreka uberejo lažjo različico ture, ter »brziče«, ki jih privlačijo zahtevnejši cilji in jih vodi Dragica.

V pomoč so ji vedno še vodniki Slavko, Branko in Jana, zdaj

občasno še Jožica, Mirjana pa ureja »administracijo« in blagajno. Čeprav so poti ponedeljkovcev v primerjavi četrtkovci načelno manj zahtevne, se jih udeležuje tudi precej četrtkovcev, saj je kdaj kakšna tura »brzičev« po zahtevnosti izziv tudi zanje.

V pohod je vključen tudi ogled kake naravne in kulturne znamenitosti ali določena tematska pot. Na Idrijskem smo, na primer, obhodili vodni kanal, rako, ki dovaja vodo za pogon velikanskega pogonskega kolesa rudniške vodne črpalke – kamšti. Ob Cerkniškem jezeru smo prehodili gozdno učno pot s krajevnimi posebnostmi, na Kočevskem smo poleg udornega jezera nad nekdanjim rudnikom obiskali tudi sistem kraških jam, če omenim samo nekatere.

Koroški hribi nad avstrijskimi zimskošportnimi središči so po svojih značilnostih primerni za lažje planinske ture, saj pašniki

segajo do višine skoraj 2000 m, kopasti vrhovi, poraščeni z mehko in gosto planinsko travo, pa so lahko dostopni. Ponekod so zgodaj poleti obširne planjave rdečelistnih gorskih borovnic in jeseni zlatorumenih macesnov. Izlet v Maltatal nam je odstrl pogled na značilno tesno alpsko dolino s številnimi slapovi, ki jo v osrčju gora zapira mogočen jez z akumulacijskim jezerom.

Po končanem izletu se vsi pohodniki v izbranem gostišču izdatno okrepčamo s »toplo malico«. To je včasih pravi organizacijski podvig, saj ni preprosto zagotoviti tople obroka za več kot 50 ljudi. Nagrada za organizatorje izleta je brez dvoma že pogled na zadovoljne obraze po lepem doživetju, za pohodnike pa veselje ob prijetnem druženju. Zato ni čudno, da se na izlete prijavlja vedno več članov našega društva, kot je sedežev v največjih avtobusih.



© Martin Bizjak

Koraki pohodnike zanesejo tudi v podzemlje.

O povezanosti, odgovornosti in trenutku, ko se poti razidejo

► Slavica Laznik

Planinske poti so veliko več kot le steze, ki vodijo proti različnim vrhovom. So prostor srečevanj, skupnih naporov, tihih pogledov ob razgledih, deljenih zalog vode in spodbudnih besed, kadar koraki postanejo težji. To so poti src, skupnih trenutkov, nasmehov

tudi v dežju in tišine ob razgledih. So poti prijateljstva, spoštovanja in tiste preproste, tihe solidarnosti, ki jo začutiš, kadar nekdo za teboj ustavi korak, da ujameš dih. V planinski skupini se med ljudmi splete nekaj posebnega – zaupanja vredna bližina, ki ne

potrebuje veliko besed. Vez, ki se ne ustvari v dolini, ampak tam nekje med korakom in sapo.

A pridejo trenutki, ko se mora posameznik ustaviti. Ko telo in srce začutita, da je treba narediti drugačno pot – bodisi počasneje bodisi drugam. In takrat pride odgovornost. Do sebe, da si priznaš, da ne zmoreš več kot nekoč.

Povezanost v planinski skupini ne izgine z razhajanjem poti. Ostane – v spominih, v naučenem, v hvaležnosti za vsak vrh, ki smo ga dosegli skupaj. In morda se bodo poti kje drugje, ob drugem času, znova srečale.

Tudi v planinski skupini pride čas, ko se stare poti končajo in nove začnejo. Prihajajo novi obrazi – sveži koraki, nova energija. A prav vsak, ki vstopi v skupino četrtekcev, vstopi v nekaj več kot le na seznam članov. Postane namreč član skupnosti, ki živi od povezanosti, odgovornosti in spoštovanja.

Ob koncu prejšnjega leta sem prejela ganljivo pismo. Naša dolgoletna planinka se je s toplimi besedami poslovila od skupnih poti. Njena odločitev, da ne more več slediti tempu četrtkove skupine, ni bila le slovo – temveč tudi globoka hvaležnost in darilo. Klekljani spominek, ki ga je podarila, ni zgolj ročno delo. Je nit spominov, potrpežljivosti in predanosti. Je tihi simbol vseh poti, ki smo jih prehodili. Vsaka nit nosi del poti, ki smo jih prehodili skupaj.



Njeno pismo je bilo poklon – predvsem iz srca izrečena zahvala vodnikom, ki zanesljivo, spoštljivo in odgovorno vodimo po planinskih poteh. Zaupanje v vodnika je temelj vsake skupine, ki stopa v naravo. To zaupanje se ne rodi čez noč.

Naj nas gore še naprej učijo, da ne gre le za cilje in vrhove. Gre za ljudi. Za to, da znamo stopati skupaj. Da znamo izreči hvala in da znamo tudi počakati, kadar kdo to potrebuje.

Dragi četrtkovci, hvala za vašo udeležbo na naših poteh – v gorah in v življenju. Ostanimo povezani, naj poti ne merimo v dolžini, višini ali številu prehojenih kilometrov. Pomembni smo ljudje, ki hodimo skupaj – v toplini besed, v skupnih trenutkih, v tistem razumevanju med vzponom.

Naj nas tišina planin še naprej uči, kako pomembno je, da znamo hoditi skupaj – ne nujno v enakem tempu, ampak z enakim srcem. Da znamo spoštovati tiste, ki utirajo pot, in tiste, ki se ustavijo. In da vemo, da je vsak korak dragocen.

Hribi nas učijo, da smo močnejši skupaj. Da najhitrejši korak ni vedno najpomembnejši. Da nosimo nahrbtnike drug za drugega, kadar je treba.

Dragi planinski prijatelji, lepo vabljeni, da bi tudi v prihajajočem letu skupaj stopali po poteh, ki vodijo k lepim razgledom, iskrenim nasmehom in novim doživetjem. Hvala vsem, ki ste bili del naših pohodov v tem letu – brez vas poti ne bi bile enake.

Naj bo leto 2026 leto varnih korakov, dobre družbe in čudovitih razgledov.

Jesenski pohodi s četrtkovimi planinci

► Martin Bizjak

Skupina četrtkovih planincev združuje planince upokojece, ki se čutijo sposobni opraviti zahtevnejše ture. V zlati planinski jeseni nam je Slavica pripravila nekaj pravih plezalnih presenečenj.

Brezniške peči so med okoliškimi gorami dokaj nevpadljiv greben začetka Kamniških Alp nad Begunjami. Prečiga planinska steza, po kateri smo za seboj puščali skalne vršace ostrega grebena, se mukoma pehali na vrh enega in se vratolomno spuščali na začetek naslednjega. Na razglednih točkah so kot na kaki sprehajalni poti postavljene klopce, našim naporom v nagajiv posmeh. Na Smokuškem vrhu smo se lahko že čutili zmagovalce Peči, saj je sledil le še sestop mimo Sankaške kočice in cerkvice sv. Petra v Begunje.

Tudi tura v borovniški Pekel je bil čudovit in zahteven planinski

podvig. Na robu »žabarskega« Barja je potok Borovniščica v pobočje Krma izdolbel strugo prek skalnih skokov in na poti do ravnine ustvaril pet slapov, do katerih vodi pot skozi Pekel po tehnično dokaj zahtevni stezi čez pečine z nekaj plezalnimi odseki. Pot je dobro opremljena s strmimi lestvicami in jeklenicami s stopami. Zahtevna, a lepa tura, ki ostaja v spominu udeležencev izleta s kančkom ponosa, da še zmoremo.

Planinski izlet skozi kanjon Vrženica na Krku je bil nekaj posebnega. Za slovo poletju nas je Slavica vodila med skalnimi stenami, prek zanimivih prehodov in čez divjo, skoraj pravljico pokrajino. Vsi udeleženci so pokazali izjemno vztrajnost, dobro voljo in medsebojno pomoč – prav zaradi tega je izlet potekal varno, prijetno in povezano.



© Martin Bizjak

Pot nas vodi tudi ob morju

Izleti in pohodi ponedeljkove in četrtnke skupine v letu 2026

Novo leto, nove poti – a stari dobri ekipi izletnikov in pohodnikov ostajata. Tudi prihodnje leto nas čakajo zanimivi izzivi, prijetna druženja in številni ponedeljki in četrtnki, ki jih bomo preživel tam, kjer nam je najlepše – v naravi.

Načrt smo sestavili tako, da bo za vsakogar nekaj: od lažjih pohodov za ogrevanje, do tistih

bolj zahtevnih, na katerih bo treba zavihati rokave in dihati malo globlje.

Naj nas spremljata dobra volja in korak, ki ne popušča – da bo leto 2026 spet polno lepih razgledov, prijateljskih pogovorov in občutka, da še vedno zmoremo.

Izleti, pohodi **četrtnkih** upokojencev v letu 2026

Datum	Cilji izletov, pohodov
10. 1.	Po poti slovenskega tolarja
12. 2.	Ribniška tematska pot
26. 2.	Petrova pot – Ambrus
12. 3.	Nabrežina – Devin
26. 3.	Sella Nevea – Rifugio di Brazza
9. 4.	Soteska Glinščica
23. 4.	Resevna
7. 5.	Pokljuška soteska
21. 5.	Španov vrh
4. 5.	Partizanski vrh
18. 6.	Potočka zijalka – Olševa
2. 7.	Korošaški slapovi
16. 7.	Goteniški Snežnik
30. 7.	Višarje
13. 8.	Trupejevo poldne
17. 8.	Ajdna – Valvasor
10. 9.	Grmada
24. 9.	Dvodnevni Krk, Cres
8. 10.	Reka Dragonja
22. 10.	Črnivec – Planina Kašna
5. 11.	Valterski vrh – Ožbolt
19. 11.	Divje jezero – Feldba
3. 12.	Zaključni izlet s četrtnkovi

Pohodi **ponedeljkovih** upokojencev v letu 2026

Datum	Cilji izletov	Vodniki_ce
19. 1.	Kastelec – Črni Kal	Dragica
9. 2.	Korte – Mališa – Šared	Dragica
2. 3.	Krakovski gozd	Slavko
23. 3.	Skornjska planinska pot nad Šoštanjem	Dragica
13. 4.	Soteska Pekel – 5. slap	Branko
4. 5.	Završnica	Franjo
25. 5.	Belska planina v Karavankah	Dragica
15. 6.	Senožeta v Bohinju	Dragica
6. 7.	Ob reki Reka	Slavko
27. 7.	Preserje – Lovska koča – Plehanov Laz	Branko
17. 8.	Baza 20	Slavko
7. 9.	Dolga njiva – Plešivec	Branko
28. 9.	Sv. Križ iz Kanižarice	Slavko
19. 10.	Nova Štifta – Travnica gora – Kamni grič	Dragica
9. 11.	Grmada nad Sesljanom, Italija	Slavko
30. 11.	Logaršče – Ponikva na Šentviški planoti	Dragica
7. 12.	Skupno srečanje	Vsi

Vodja četrtnke skupine:
 Slavica Laznik
 slavicalaznik@gmail.com
 Prijave:
 Martina Eržen, 041 831 064
 martina.erzen@gmail.com

Poti trajajo od 2.30 – 4 ure hoje brez postankov, po večini gre za krožne ture.
 Dragica Gartner, Jana Bešter, Franjo Koprek, Slavko Bašelj, Branko Velkavrh

**Glej obvestila na spletni strani
 Z nami na pot do zadnjega večera!**

Družabno življenje upokojencev, ki zmorejo

► Vesna Čadež, Julijana Dolinar

Trgatev v Vitovljah

Turistična kmetija Ipavec vsako leto v Vitovljah organizira trgatve. Septembra letos so se povabili odzvali številni člani in članice društva, ki že dobro poznajo gostitelja. Pot nas je vodila naravnost v Vitovlje, naselje nad Šempasom pri Novi Gorici. Gostitelj na turistični kmetiji Ipavec nam je najprej postregel z domačimi dobrotami, da smo se polni novih moči odpravili v vinograde. Res je treba doživeti, kako trgači z navdušenjem in vestno pobirajo grozdje v zabožke, ki jih nato s traktorjem odpeljejo v klet, kjer grozdje zmeljejo in stisnejo. Po obiranju, ki je trajalo približno tri ure, nas je gospodar povabil na kosilo in sladko kapljico. Željni sprehodov so si lahko ogledali romarsko cerkev sv. Marije ali pa so si privoščili ogled bližnje vrtnarije. Na koncu naj ne pozabim še darila – vsak udeleženec je s sabo odnesel ročko vina.

Obiranje mandarin v dolini reke Neretve

Obiranje mandarin je vedno doživetje, zato nikoli ne dovolim, da mi ga kdo pokvari (mož?). Mandarinke so sladke, sočne in zdravi sadeži, ki imajo še eno veliko

prednost. Rastejo na nizkih drevesih, tako da jih tudi jaz, ki sem manjše postave, z lahkoto dosežem. Letos jih je bilo res veliko, sadovnjak poln in sadeži so bili dobre kakovosti. Torej je bil poglavitni namen izleta dosežen. Se pa seveda vedno pojavljajo motnje oz. nedoslednosti, in to pri vseh organizatorjih. O vodnikih ne bom izgubljala besed. Le kam ste šli vsi dobri vodniki? Očitno obstajajo donosnejše in prijetnejše službe, kot je prevažanje zahtevnih upokojencev po svetu.

Hotel na plaži je bil prijeten, obnovljen. Čudovito. In kar je zelo pomembno, vreme je bilo prve dni kar lepo, tako da so se nekateri celo kopali v morju ali v bazenih. Zadnji dan pa so se pojavili nalivi in nam odnesli ogled Rastoka. Lastnik agencije se nam je vsaj delno odkupil z dobrim kosilom in odlično glasbeno spremljavo v Gospiću. Številni med nami so se zavrteli po taktih dveh res dobrih glasbenikov. Pa še nekaj steklenic vina smo dobili na mizo. Naj ne pozabim na super udeležence izleta, ki so bili polni adrenalina, z odličnim plesnim znanjem in vedno dobre volje. Ne smem pa zanemariti tudi dobrih zajtrkov s pečeno slanino.



© Vesna Čadež



© Varhiv DU

Martinovanje v Beli krajini

Letošnje martinovanje smo organizirali 7. novembra na kmetiji Bajuk v Radovici v Beli krajini. Peljali smo se mimo Novega mesta, čez Gorjance, odete v čarobne jesenske barve, do Metlike, kjer smo naredili

postanek za kratek ogled mesta in si privoščili kavo. Na cilju so nam Bajukovi postregli z martinovim kosilom. Za prijetno razpoloženje je poskrbel harmonikar, ki je neutrudno igral na staro harmoniko, ob zvokih katere smo tudi zaplesali. »Fajmošter« je poskrbel za krst vina in nas

s hudomušnim nagovorom dodobra nasmejal. Ob koncu dneva smo bili povabljeni v vinsko klet na pokušino domačih vin (belokranjsko belo vino, metliško črnino in rose) in belokranjske pogače. Po mirni večerni vožnji smo se domov vrnili polni vtisov o minulem dnevu.



Julijana Dolinar

Jesensko srečanje na Trati

Letošnje srečanje upokojencev smo pripravili 2. oktobra na balinišču na Trati.

Ker smo se zbrali razmeroma pozno, je bilo temu primerno hladno. Bilo pa je nekaj stvari,

ki so nas lepo grele: sočne klobase s solato, vino (ki pa zaradi mraza ni teklo tako kot običajno), dobra glasba in sladke dobrote, ki so jih pripravile članice društvenega vodstva. Članice društva so

postregle nekaj za pod zob in nekaj za na zob. Naš predsednik Miha je dogodek popestril z vročim odlomkom iz opusa pisatelja Blaža Ogorevca.

Ob koncu smo pripravili še tekmovanje v »štrbunku«.



Vesna Čadež

Alenka odlična postrežba



Danka Zavrl Zebir

Tekmovali smo v igri »štrbunku«.

Marljive klekljarice

Tudi klekljanje je ena izmed ročnih spretnosti, ki jih goji Društvo U3.

Udeleženkam prinaša veliko ustvarjalnega zadovoljstva, saj se pri tem početju sprostijo in prijetno družijo, o čemer pričajo tudi veseli obrazi marljivih klekljaric na naši fotografiji.

Da ob tem krepijo koncentracijo, potrpežljivost, finomotorične spretnosti in miselne sposobnosti ter prispevajo k ohranjanju kulturne dediščine, samo še prispeva k dodani vrednosti.



Milan Gogala

Polepšali bodo praznične dni

Letošnja delavnica adventnih venčkov ni bila dobro obiskana, kljub temu pa je pod spretnimi prsti nastalo nekaj lepih izdelkov, ki bodo polepšali praznične dni. Bila pa je delavnica medgeneracijska in to daje ustvarjanju še poseben čar. Mentorica Sonja Dolinar zna s svojim dobrim okusom, znanjem in potrpežljivostjo prebuditi zanimanje prebuditi tudi pri popolnih začetnikih.



Danica Zavri Zebir

Medgeneracijsko ustvarjanje: Ela in Pia

Program turističnih dejavnosti v letu 2026

Januar	Ponovoletno srečanje upokojencev DU Škofja Loka v Šolskem centru Škofja Loka
Marec	Lago di Garda, 2. 3. do 5. 3. 2026 Občni zbor članov Hotel Delfin Izola, 9. 3. do 16. 3. 2026
April	Smaragdna Sardinija, potovanje, 7. 4. do 10. 4. 2026
Maj	Obisk občine iz Združenja DOUZELAGE: Koeszeg (Madžarska)
Junij	Letovanje z agencijo Lokaturist
Julij	Hotel Delfin Izola, 28. 6. do 5. 7. 2026
September	Letovanje Novi Vinodolski, Aminess Casa Lišanjski, 20. 9. do 27. 9. 2026 Jesensko srečanje upokojencev na balinišču Trata
Oktober	Trgatev
November	Martinovanje Oddih v toplicah Lendava

Dve zanimivi pomladni potovanja

Na začetku pomladi 2026 vas vabimo na dve privlačni potovanja.

Dan žena: Garda hotel Forte Charme, 2. 3. do 5. 3. 2026, voden ogled mest Padova, Verona in Modena, trikrat polpenzion v hotelu, glasbeni večer, obisk sirarne in muzeja z degustacijo maraskina.

Cena: 309 EUR na osebo v dvoposteljni sobi.

Smaragdna Sardinija: 7. 4. do 10. 4. 2026, potovanje z letalom, polpenzion, prevozi in vstopnine so vključeni v ceno aranžmaja.

Cena: 649 EUR na osebo v dvoposteljni sobi.

Podrobnejši program bo objavljen na naši spletni strani, na oglasnih deskah, obveščali vas bomo tudi po elektronski pošti. Ob morebitnih novih okoliščinah se program lahko tudi spremeni. V letu 2026 bo na področju turizma sodelovala tudi Jana Dolinar.

Vrtna uta postala učilnica na prostem

► Marinka Mesec

Že pred skoraj stotimi leti je na vrtu podružnične šole v Bukovščici stala vrtna uta, ki so jo uporabljali kot učilnico na prostem

Pri podružnični šoli Bukovščica je bila na pobudo takratnega učitelja Oskarja Hrasta, ki je na šoli poučeval v letih 1926–1948, vrtna uta postavljena v šolskem letu 1927/1928. Streha je bila prekrita s skrilom, ki so ga kopali v jamah v Dolenji vasi in na Zalem Logu. Okolica senčnice je bila urejena kot vrt.

Že takrat so uto uporabljali kot učilnico na prostem. V njej je Hrastova soproga poučevala samostojen predmet, imenovan »Dekliška ročna dela«, fantje pa

so z učiteljem v okviru predmeta »Deška ročna dela« urejali vrt. Po spominih tedanjih učencev naj bi v letih pred 2. svetovno vojno v njej nekaj časa shranjevali orodje in leseno kozo za žaganje drv. Pozneje, v obdobju poučevanja učitelja Marjana Knet (v letih 1956–1959), so se v uti pogosto igrali njegovi in vaški otroci.

Ker je uta začela propadati, so se učiteljice, starši, krajani, mojstri in otroci odločili, da jo obnovijo s skupnimi močmi. Od ideje do njene uresničitve je minilo nekaj manj kot tri leta. Načrt za obnovo sta pripravili Barbara Pokorn iz Občine Škofja Loka (ta je tudi financirala večji del obnove) in Mateja Kavčič (Zavod za varstvo kulturne dediščine – strokovni vodja). Vseboval je šest tematskih sklopov, v okviru katerih so izvedli učne delavnice. Spoznavali so zgodovino objekta in njegovo stanje, izvedli so popravila in uredili okolico.

Uta je obnovljena z lokalno pridelanim in obdelanim lesom ter s skrilom s starega objekta.

Nekaj skrila so dobili tudi s propadajočega gospodarskega objekta v Pozirnu. Postavili so novo konstrukcijo ter nanj namestili staro ostrežje z ohranjenim prvotnim beležem. Streha je bila prekrita pod strokovnim vodstvom arhitekta Bojana Rihtaršiča in enega, žal, redkih mojstrov rokodelcev Mirana Benedičiča.

Ob lopi stoji mogočna lipa, ki še dodatno senči uto.

Osnovna šola Ivana Groharja je letos pridobila evropska sredstva za nov projekt Erasmus+ z naslovom »Povezovanje starih obrti z novimi tehnologijami«. Cilj in smisel tega projekta je prav ta uta v Bukovščici, tako da bo predstavljena ne samo v Sloveniji, ampak tudi širše.

Podružnična šola Bukovščica je potek obnove in novo učilnico na prostem skupaj z učenci, vodjo šole in predsednikom KS Bukovica - Bukovščica Zdravkom Markljem predstavila tudi v medijih. V uti in na vrtu se že igrajo različne družabne igre, ob sončnih dnevih v njej izvajajo pouk, v



Obnovljena vrtna uta Senčnica



Učenci in učenke podružnične šole v Bukovščici

© Marinka Mesec

programu RAP – nekdanjem podaljšanem bivanju – pa učenci v njenem zavetju delajo domače naloge ... V prihodnjem letu nameravajo na vrtu postaviti visoko gredo, v katero bodo otroci posejali semena in zasadili sadike ter spremljali rast zelenjave od začetka do

pobiranja plodov. Želja in idej je še veliko. Podružnična šola ima pet razredov in jo obiskuje sedem učencev: v 1. razredu sta Angelika in Lucija, v 2. Kenan, v 3. Elma in Anže, v 4. razredu Karolina in Peter, v 5. razredu pa v tem šolskem letu ni nikogar. Hvala učiteljici Alenki Magajne

Germ, da me je sprejela, mi povedala veliko zanimivosti, pokazala razrede in bivalni prostor, v katerem imajo učenci veliko rož, za katere skrbijo sami.

V prihodnosti želim vsem v tej majhni in srčni šoli še veliko idej za dobro sodelovanje s starši, z učiteljicami in krajani.

Prvič fotografiran

► Edvard Erzetič

Vsi otroci tega sveta so že po naravi radovedni, če pa to niso, so gotovo bolni. Med radovedneže sem spadal tudi jaz. Ena izmed številnih zgodb se je zgodila pri fotografu v Krminu (Cormons) leta 1943.

Mojega očeta so kot takratnega italijanskega državljana vpoklicali v italijansko vojsko in ga poslali daleč v mesto Fossano ob francoski meji. Možakar je strašno pogrešal svojo družino s štirimi nedoraslimi otroki, zato si je zaželel fotografijo družine. Z Blaževimi konji in zapravljičkom smo se vsi odpeljali k fotografu v Krmin, mesto, ki je bilo najbližje naši vasi. Vstopili smo v hišo in takoj na desni strani hodnika je bil fotografski atelje. Pred nami je bila neka družina, prav tako z majhnimi otroki, med katerimi se je najmlajši glasno drl, ko je zagledal tisto pošast, ki ji je bilo ime – fotoaparati. Fotograf je jokajočemu otročku končno pokazal plišastega medvedka ter z njim malo pomahal, tako da se je otrok nenadoma nasmejal. Takrat pa je fotograf »užgal« svoj bengalični ogenj in – težav je bilo konec.

Ker še nismo bili na vrsti, sem raziskoval sosednje prostore. Na koncu hodnika so bila vrata odprta. Očitno je bila tam temnica za izdelavo slik. Stopim vanjo in vse, kar sem tam videl, je bilo prvič v življenju. Ob steni je bilo nekakšno korito in nad njim pipa. Primem tisto reč in jo odvijem. Začela je teči voda in ustrašil sem se. Kaj zdaj? Pipo sem hotel zapreti, vendar sem jo le še bolj odvijal, saj sploh nisem vedel, v katero smer moram zapreti vodo. Nenadoma mi je pipa ostala v rokah, jaz pa sem bil že ves moker. Voda se je v velikem curku razlila po vsem prostoru in kmalu prilezla tudi na hodnik. V obupu sem stekel po hodniku v atelje, kjer so bili preostali člani moje družine. Ko me je fotograf videl,

je takoj vedel, kaj se je zgodilo. Stekel je v temnico, našel pipo, jo privil in zaprl vodo.

Vzdušja, ki sem ga povzročil, ne morem opisati. Vem samo to, da se je fotograf strahotno razburil in da je krel v nam nerazumljivem jeziku, naša mama pa je ta dogodek komaj prenesla. To je bil tudi dan, ko sem bil v življenju prvič fotografiran.



Fotografija Erzetičevih, namenjena očetu v vojski (Edo je prvi na desni).

osebni arhiv

Na srečanju Douzelage

► Miha Ješe

**Škofja Loka članica
zdrženja evropskih mest
DOUZELAGE.**

Oktobra letos so letno skupščino pripravili v grškem mestu Preveza. Na zanimivem srečanju na območju velike zgodovinske ladijske bitke med Gajem Avgustom Oktavijanom ter Markom Antonijem in Kleopatro so se gostitelji res izkazali. Kot udeleženeec srečanja sem za Društvo upokojencev Škofja Loka pripravil predstavitev

omenjene bitke v Prevezi in o Atenah. V goste smo povabili tudi župana občine Preveza Nicolaosa Georgakosa, ki je bil na uradnem obisku v Sloveniji. S predstavitvijo

je bil zelo zadovoljen, še bolj pa z radoživimi udeleženci srečanja, za katere je dejal, da so sicer stari po letih, vendar iz njih sevajo mladostni pogledi.



© Ela Dolinar

Udeleženci predavanja o zgodovinski bitki v Grčiji z gosti iz Preveze

Aforizmi
Edvard Erzetič

“

Zakaj so starejši bolj pametni? Zato, ker so se v življenju vedno spotikali ob isti kamen.

“

Rekli so, da so ptiči pozobali ves pridelek. Da, zobje so krivi!

“

Malokdaj sem se znašel tam, kjer se »splača«, največkrat pa tam, kjer se »plača«.



Sodobna tiskarna, kjer se barva pretaka že od leta 1966

TISKOSIR

E-mail: info@tiskkosir.si
www.tiskkosir.si

Zgornje Bitnje 277, 4209 Žabnica

tel.: **04/231 56 30**

mobitel: **070 654 705**

Prava sreča je
poceni, drago
plačujemo
samo njene
nadomestke.

Hosesa Ballou

Ko se ena vrata sreče
zaprejo, se druga odprejo.
Škoda da pogosto tako dolgo
zremo v zaprta vrata,
da odprtih sploh
ne opazimo.

Helen Keller

Srečen je, kdor
se je naučil živeti
zadovoljen
z malim.

Latinska modrost

Skrivnost sreče
ni v tem, da vedno
delamo za tisto, kar imamo
radi, temveč da imamo
radi to, kar
delamo.

Lev Nikolajevič Tolstoj

Srečen moraš biti, da
lahko osrečiš drugega,
in le če osrečuješ,
boš ostal srečen.

Maurice Maeterlinc

Sreča je kočljivo
ravnovesje med tem,
kar človek je
in kar ima.

Ernst Deutch

Tudi starejši smo lahko gibčni

► Tanja Nikolić

Naš program 'Tudi starejši smo lahko gibčni' je dinamičen, celosten program, namenjen spodbujanju redne telesne dejavnosti in ohranjanju funkcionalne sposobnosti pri starejših. Osredotoča se na izboljšanje ravnotežja, moči, gibljivosti in

splošne vzdržljivosti, s čimer aktivno prispeva k samostojnosti in kakovosti življenja v tretjem življenjskem obdobju, ter zmanjšuje tveganje za padce in poškodbe.

Poleg funkcionalnih so pomembni tudi socialni cilji: spodbujanje socialne interakcije, zmanjševanje osamljenosti in izboljšanje splošnega psihofizičnega počutja udeležencev. Cilj-na skupina so starejši občani, ne glede na predhodno telesno pripravljenost. Mentorica Leona Mlakar pravi, da je naše telo kot

izredno natančen stroj, ki mora biti nenehno v pogonu. Le to omogoča, da smo gibčni. Po njenih besedah ljudje pogosto pozabijo nase, predvsem na svoje telo.

Program krožka potrjuje, da lahko z redno in ciljno usmerjeno vadbo ohranjamo ter celo izboljšujemo svojo telesno kondicijo, kar je ključno za samostojno in izpolnjeno življenje v zrelih letih.

Članice se srečujejo vsako sredo od 10.30 do 11.30 v športni dvorani na Podnu.

FIRST MINUTE POČITNICE 2026 JADRAN IN MEDITERAN ŽE NA VOLJO

Posebne ugodnosti –
rezervirajte zgodaj in
izkoristite ekskluzivne popuste!

V naši ponudbi tudi terme
BANJA VRUČICA in FOJNICA
(polni penzion, terapije, vodeni izleti,
vključen avtobusni prevoz).

lokaturist
odpotujmo.si

Za rezervacijo pokličite

04 51 55 520
041 781 800

www.lokaturist.si
www.odpotujmo.si

DRUŠTVO UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA
Partizanska cesta 1, 4220 Škofja Loka



Uradne ure v pisarni društva:

ob sredah in petkih od 8. do 12. ure

Blagajna: od 8. do 11. ure

Tajništvo: tel.: 04/512 06 64

e-pošta:

drustvoupokojencev@siol.net

Predsednik:

Miha Ješe, 031/309 795

Podpredsednica:

Vesna Čadež, 031/311 873

Tajnica:

Patricija Žumer, 041/618 308

Računovodstvo:

Tatjana Hribnik, 031/635 109

Vplačila članarin in enodnevnih izletov:

Alenka Malenšek, 031/ 692 755

Letovanja in turistična potovanja:

Vesna Čadež, 031/311 873

Sekcija za kulturo:

Marinka Mesec, 031/259 212

Šport in rekreacija:

Nada Somrak, 031/735 413

Planinska sekcija – prijave:

Martina Eržen, 041/831 064

Pohodniška sekcija:

Dragica Gartner, 041/607 483

Glasilo Mi o sebi:

Danica Zavrl Žlebir, 031/626 154

Marinkina knjižnica:

Nevenka Mandić Orehek, 068/617 159:
ob ponedeljkih od 14.30 do 16.30 ure,
ob sredah od 11. do 13. ure in
ob petkih od 11.30 do 13.30

Starejši za starejše:

Tadeja Piskač Hafner, 041/ 676 733

Najemna stanovanja:

Nežka Fojkar, 041/717 210

- Ob smrti našega člana prosimo njegove bližnje, da o tem obvestijo tajnico DU (041/618 308), praporščaka (Milan Možina, 041/996 789) ali svojega poverjenika.

ČLANARINA DRUŠTVA ZA LETO 2026

Društvena članarina in članarina vzajemne samopomoči za leto 2026 predvidoma ostajata nespremenjeni, to je **15 €**, in veljata za tekoče leto (januar–december). Član je praviloma dolžan plačati letno članarino do konca junija 2026.

Prispevka posameznega člana sta:

- letna članarina 15 €,
- vpisnina za nove člane 2 € (članska izkaznica),
- vzajemna samopomoč (VPS) 12 € (neobvezno).

Ob morebitnem prenehanju članstva zaradi izključitve oziroma odpovedi član nima pravice do vračila vplačane članarine. Člani DU, nastanjeni v domovih za starejše, so od 1. 1. 2020 po sklepu UO DU z dne 7. 8. 2019 oproščeni plačila članarine za DU, ne pa tudi članarine za vzajemno samopomoč oz. posmrtnine.

Vsa gotovinska vplačila (članarine, izleti, letovanja) so mogoča med uradnimi urami od 8. do 11. ure.

Članarino lahko nakažete tudi na naš TRR pri GB Škofja Loka, št.: 07000-0001134214, s pripisom članarina 2026, referenca SI99.

V članski knjižici vam bomo plačilo potrdili pozneje v pisarni.

KORISTNE POVEZAVE – SPLETNE STRANI

Občina Škofja Loka

<https://www.skofjaloka.si/>

ZDUS Ljubljana

<https://www.zdus-zveza.si/>

PZDU Kranj:

<http://www.pzdugorenjske.si/>

Društvo U3 Škofja Loka

<https://3univerza-loka.splet.arnes.si/>

Ljudska univerza Škofja Loka

<https://www.lu-skofjaloka.si/>

Zdravstveni dom Škofja Loka

<https://www.zd-loka.si>

Knjižnica Ivana Tavčarja

<https://www.knjiznica-skofjaloka.si/>

Lekarna Škofja Loka:

<http://www.gorenjske-lekarne.si/enote>

TIC Škofja Loka

<https://www.visitskofjaloka.si>

Radio Sora <https://www.radio-sora.si>

SKLAD VZAJEMNE SAMOPOMOČI (VPS)

Vzajemna samopomoč je prostovoljna solidarna skupnost članov, ustanovljena zaradi izplačila posmrtnine po smrti člana. Deluje kot sklad in jo ureja Pravilnik vzajemne samopomoči. Letni prispevek in višino posmrtnine vsako leto določi upravni odbor ZDUS.

Vanj se lahko vključijo člani društev upokojencev do dopolnjenega 70. leta starosti. Pravica do izplačila posmrtnine pripada posameznemu članu po preteku čakalne dobe, ki je odvisna od starosti člana ob vpisu. Če član društva upokojencev preneha biti član društva, ne more biti več član samopomoči in nima pravice do vračila vplačanih prispevkov. Pomembno je, da so člani ob vstopu opozorjeni na to, da mora biti članarina poravnana vsako leto in da po enem letu neplačila članstvo preneha. Posmrtnina se lahko izplača najpozneje v enem letu po smrti člana samopomoči. Če po preteku enega leta niso bila predložena dokazila o smrti, pravica do posmrtnine ugasne. Ob smrti člana VPS ima upravičenec pravico do izplačila posmrtnine, če je od dneva vpisa v članstvo VPS do smrti minilo najmanj 5 let. Upravičenec je oseba, ki jo ob vstopu v članstvo VPS ali pozneje določi član VPS. Ob smrti člana, ki za tekoče leto še ni poravnal članarine in posmrtnine, mora upravičenec oz. pooblaščenec to storiti najpozneje v šestih mesecih po smrti člana, da lahko upraviči izplačilo posmrtnine. Zahtevek za izplačilo posmrtnine upravičenec lahko vloži najpozneje v 12 mesecih od dneva smrti člana VPS. Zahtevku za izplačilo posmrtnine mora upravičenec društvu predložiti mrliški list umrlega člana ter fotokopije davčne številke, številke osebne izkaznice in bančne kartice upravičenca. Če dokumenti po preteku dvanajstih (12) mesecev niso bili predloženi, pravica do posmrtnine ugasne. VPS mora posmrtnino izplačati v tridesetih dneh od dneva predložitve navedenih dokazil.

Smo digitalno pismeni?

► Irena Ropret Pipan

Anketirance smo povprašali, koliko obvladajo uporabo pametnega telefona in računalnika. Zanimalo nas je tudi, kje so se naučili uporabljati digitalne pripomočke, ali so za ta namen obiskovali kakšne tečaje in ali so zadovoljni s svojim znanjem.

Martin Bizjak

Računalnik uporabljam še iz službenih časov, poleg običajnih urejevalnikov Word še Excel za obdelavo rezultatov in Power Point. Naučil sem se na tečajih, ki so jih organizirali v službi. Pametni telefon uporabljam za pogovor, SMS-e, e-bančništvo, naučili so me sinovi. Za uporabo pametnega telefona sem obiskoval tudi tečaj v DU, žal pa se na njem nisem naučil ničesar. Mislim, da za moje potrebe ne pogrešam kakih dodatnih znanj.



Minka Mlakar

Uporabljam oboje, največ tablico. Naučila sem se nekaj sama, nekaj z izobraževanji v službi, največ pa od svojih otrok in tudi od učencev v šoli. Na šoli sem se udeleževala več tečajev, ki jih je bilo kar dosti. Nisem preveč zadovoljna, posebej

ker vidim, kako hitro pozabim, kar se naučim. Znam samo tisto, kar uporabljam vsak dan.



Cveta Škopelja

Uporabljam tako računalnik kot tudi pametni telefon. Računalnik sem začela uporabljati v službi, potrebujem pa ga tudi za delo v našem društvu. Uporabe računalnika sem se naučila na nekaj tečajih in ob vsakodnevni uporabi. Pametni telefon uporabljam v manjši meri, največ za komunikacijo, fotografiranje, skeniranje, aplikacije in spletno banko. Če je treba, mi pomagata hčerka in vnukinja. Za zdaj sem zadovoljna s tem, kar znam, čeprav se zavedam, da je še veliko prostora za dodatna znanja, zlasti pri uporabi pametnega telefona. Po drugi strani pa telefona ne želim uporabljati dosti več, kot je to potrebno.



Franc Jesenovec

Uporabljam tako telefon kot tudi računalnik. Imam e-naslov, prek katerega dobivam pošto in jo tudi

pošiljam prijateljem in znancem. Na tečaj računalništva sem hodil v okviru DU in Ljudske univerze, veliko stvari pa sem se naučil tudi sam. Kadar je treba, mi na pomoč priskoči sin. Vsega seveda ne znam, lahko pa prek telefona ali računalnika počnem tisto, kar me najbolj zanima: berem novice ali v Googlu poiščem določene podatke (predvsem pri reševanju križank). S svojim znanjem sem povsem zadovoljen.



Nevenka Primc

Ja, uporabljam tako računalnik kot pametni telefon. Uporabe sem se naučila na tečajih Ljudske univerze in tudi drugih. Računalnik uporabljam kar veliko, saj nanj pišem in urejam različne dokumente, prijave za pevske revije oziroma prek njega pošiljam e-pošto, uporabljam nekaj aplikacij. Ugotavljam, da je treba znanje nenehno obnavljati, zato rada obiskujem različne na tečaje. Tokrat obiskujem tečaj urejanja fotografij.





◀ Pevke in pevci skupine Mavrica so si na strokovni ekskurziji ogledali nordijski center v Planici.

Na vrtu osnovne šole Ivana Groharja je potekala vseslovenska akcija Veter v laseh. V okviru prireditve so izvedli različne delavnice, med njimi tudi oblikovanje z glino izpod spretnih prstov članic krožka Društva U3. ▼



◀ Izvirnik in slika: slikarka Agata Pavlovec, mentorica lanskega likovnega krožka osebno in upodobljena na sliki udeleženca krožka Janeza Zajca.



▼ Prešerno razpoloženi pevci in pevke MePZ Vrelec na Vltavi.



◀ Tudi športniki vedo, kako je, ko ti pade sekirca v med. Nič čudnega, da so jo ponudili kot nagrado na balinarskem tekmovanju.